

31 maart 2012

HOOFD-HART-LIJF

EEN DAG OM LICHAAMSWERK TE ERVAREN

Kom en doe mee!!!!!!



Je lichaam weerspiegelt hoe je in het leven staat, hoe je omgaat met je impulsen, verlangens en mogelijkheden, hoe je reageert op je omgeving, hoe je jezelf vrijmaakt van onnodige spanningen, hoe je plezier beleeft en hoe je contact hebt met anderen.

We bieden een dag waarin je even helemaal uit je HOOFD kunt gaan en de aandacht kunt richten op je LIJF. Want je lichaam liegt niet en laat je zien waar je HART naar uitgaat en hoe je jouw impulsen en verlangens vaak onderdrukt. D.m.v. lichaamsoefeningen, meditaties, ontspanningsoefeningen en muziek delen we onze ervaringen.

Wanneer: zaterdag 31 maart, van 10.00-17.00 uur. Graag 9.45 uur aanwezig zijn.

Waar: Dorpshuis de Sprong, Bernhardstraat 3, OUY

Kosten: € 80,00. De lunch aub zelf meebrengen, wij zorgen voor koffie en thee.

Je kunt je opgeven: (voor 15 maart, liefst z.sm.).

Informatie: Nelly 024-3976507 (06-30881002) of Anna 024-3238934

Of email naar: nelly@praktijk-opdehelling.nl , annaschreiner@hetnet.nl

Trainers:

Nelly Sluis 1953: Sinds 2003 heb ik een praktijk als Coach, Psychosociaal- en Lichaamsgerichte therapie (Core Energetica) Ik werk met individuen, echtparen en groepen. Ik werk met technieken uit verschillende psychotherapeutische stromingen.

Anna Schreiner 1947: Vanaf 1993 heb ik een zelfstandige praktijk waarin ik werk met individuen, groepen en echtparen. Mijn opleidingsachtergrond is Bio- energetische Analyse en Systemisch werk van Hellinger. Lichaamsgerichte en systemische benadering geven me de mogelijkheid om in een breed perspectief te kunnen werken.