

Meer ME-TIME als ouder van een zorgkind

Wil jij een mooie beleving, een stimulans in jouw persoonlijke groei en ontspannende momenten?

Beleef ze met één of meerdere workshops speciaal voor jou als ouder van een zorgkind.

Waar gaan deze workshops over?

Tijdens elke workshop ga je ontdekken hoe je met kleine veranderingen een grote impact kan maken in je dagelijks leven. Je mag uit de kramp komen door elke dag nog harder je best te zorgen en te doen om je voldaan en nuttig te voelen door al jouw gedachten, patronen en overtuigingen. Je gaat aandacht geven aan jezelf oftewel inzien hoe belangrijk het is om goed voor jezelf te zijn. Je gaat vertrouwen voelen en meer ontspanning ervaren in je dagelijks leven wanneer je deze aandacht aan jezelf gaat geven.

Goed zijn voor jezelf gaat over jezelf waardevol voelen. Je gedachten en je handelen zijn liefdevol voor jezelf. Je gevoel van eigen waarde kan je elke dag groter maken. Het zorgt ervoor dat je duidelijker en liefdevoller je grenzen aan kan geven. Het zorgt ervoor dat je tank altijd vol genoeg is. In elke situatie goed zijn voor jezelf geeft je ontspanning en rust in jezelf zodat je er ook echt kan zijn voor je jezelf, je kinderen, je partner, je omgeving collega's vrienden en familie.

Max 6 lieve ouders plekken per workshop beschikbaar!

Locatie: Praktijk Belle Vie Eijsden

Datums workshops:

Workshops Deel 1 (2021) Meer ME-TIME

Workshop 1:	21 oktober van 20:00 tot 21:30uur
Workshop 2:	6 november van 10:00 tot 11:30uur
Workshop 3:	13 november van 10:00 tot 11:30uur
Workshop 4:	25 november van 10:00 tot 11:30uur

Workshops Deel 2 (2022) Meer ME-TIME

Workshop 1:	20 januari van 20:00 tot 21:30uur
Workshop 2:	27 januari van 20:00 tot 21:30uur
Workshop 3:	3 februari van 20:00 tot 21:30uur
Workshop 4:	10 februari van 20:00 tot 21:30uur

Maximaal 6 deelnemers per workshop

Locatie: Praktijk Belle Vie Eijsden

Prijs deelname 1e workshop	€37,-	p.p.
Prijs deelname 2e workshop	€35,50,-	p.p.
Prijs deelname 3e workshop	€32,-	p.p.
Prijs deelname 4e workshop	€27,-	p.p.

Prijs is per persoon | Per workshop

Deelname ouder alle 4 de workshops ontvangt voor elke workshop een korting. Zie bovenstaand.

Deelname ouder 1, 2 of 3 workshops is de prijs per workshop € 37,-

Wil jij meer ME-TIME in je dagelijks leven? Meld je vandaag nog aan!