

BURNOUT

Een cursus van drie avonden.
Aandacht voor je lichaam vóór, tijdens en na een burnout.



Wat kan de cursus voor je betekenen?

Je krijgt inzicht in het herkennen en voorkomen van symptomen die het opbranden aankondigen. Wat wel en niet te doen tijdens een burnout. Hoe is het vuurtje weer aan de gang te krijgen?

Voor wie?

Voor iedereen die een stressvol bestaan wil leren hanteren. Voor beginners en gevorderden in zelfkennis, en iedereen die nieuwsgierig is naar de taal van het lichaam. Minimaal 4 en maximaal 12 deelnemers.

Waar?

Praktijk voor Lichaamsgerichte Psychotherapie
Wolfskuilseweg 254
6542 AB Nijmegen

Kosten?

50 Euro voor de hele cursus. Graag reserveren.
Contant betalen op de 1e avond, geen restitutie.

Donderdag

5 en 19 maart, 2 april 2020

19:30 - 22:00 uur

BURNOUT

Een cursus van drie avonden.
Aandacht voor je lichaam vóór, tijdens en na een burnout.



Docenten

Karin Groenesteijn

Lichaamsgerichte psychotherapie www.basisinjelijf.nl

‘Ons lichaam is altijd in het nu. Als je luistert naar wat het aangeeft, en daar met zachtheid voor jezelf naar kunt handelen, is het dé weg naar rust, ruimte, plezier en voldoening.’

Karin heeft een opleiding voor Lichaamsgerichte psychotherapie. In haar praktijk ‘Basis in je lijf’ begeleidt ze mensen die het gevoel hebben altijd te leven met een rem erop, om hoofd, hart en lijf samen te laten werken, zodat ze voluit kunnen leven. Lid van beroepsvereniging SBLP

Brigitte van Bakel

Meridiaan- en kleurentherapie www.annalogos.nl

‘Gezondheid en ziekte zeggen iets over hoe we ons lichaam bewonen. Ik merk telkens weer in de praktijk hoe verfijnd het lichaam respons geeft, zich richt op genezing.’

Brigitte is opgeleid tot fysiotherapeut, werkte in ziekenhuizen in binnen- en buitenland; Specialiseerde zich vervolgens in Meridiaan- en kleurentherapie. Lid van beroepsvereniging NWP en KAB.

Contact en aanmelden

Karin Groenesteijn 06 26 16 64 91
info@basisinjelijf.nl

Brigitte van Bakel 06 20 49 15 87
anna@annalogos.nl