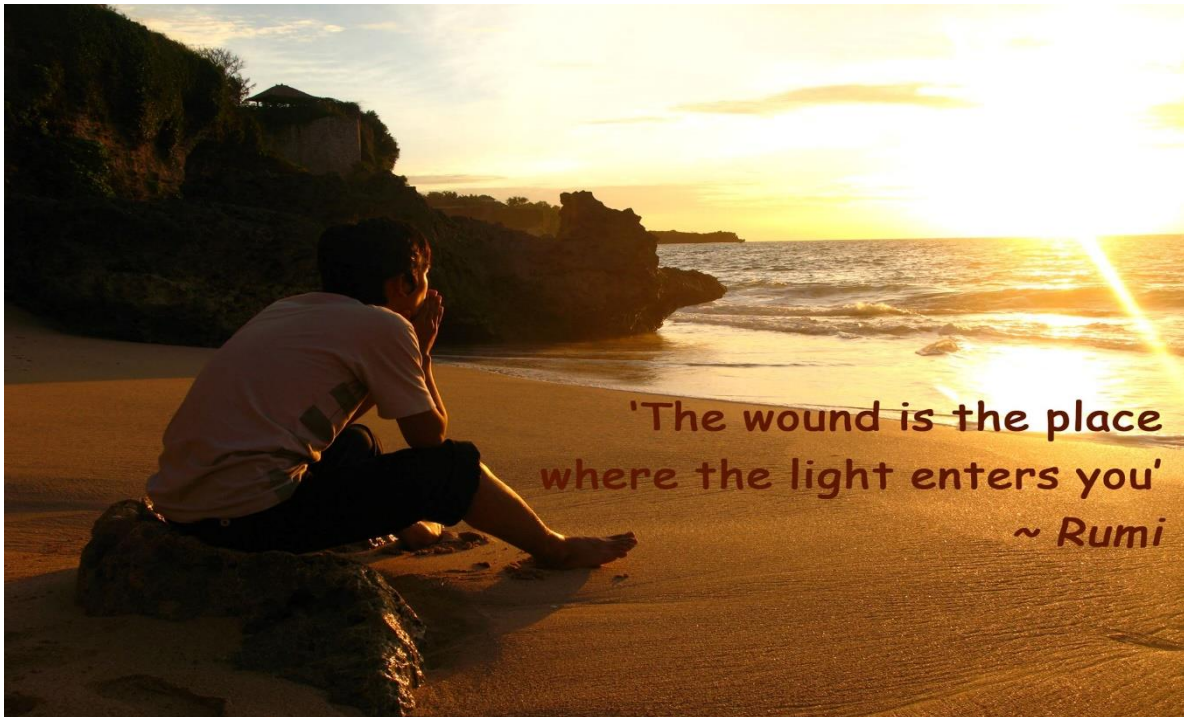


“Van HEEL JEZELF houden” voor mannen!



Van LEVENSLAST, naar LEVENSLUST” in een cyclus van 5 maandelijkse bijeenkomsten!

Een serie workshops voor mannen, die wordt georganiseerd door Twan de Leur (<http://www.werklijkleven.nl/>) en Gio Vogelaar (<http://www.jeugdzorgvuldig.nl/>) De deelnemende mannen gaan tijdens de workshopperiode, individueel maar ook met elkaar aan de slag met de vraag: “Wie ben ik nou echt en wat wil ik?” Er worden oefeningen gedaan, die uit diverse disciplines komen, zodat iedereen kan “proeven” van verschillende manieren van zelfheling.

De opzet van de workshopcyclus is om in 4 maanden tijd het proces van zelfheling (verder) in te zetten, ieder op zijn eigen manier. Het delen van elkaars ervaringen geeft inspiratie en zo versterken de mannen elkaar. Uiteindelijk is het doel voor iedereen om vanuit een leven “lijden” van aangepast gedrag de stap te maken naar een leven “leiden” vanuit authenticiteit.

Waarom moeten mannen zichzelf helen?

Van kinds af aan hebben wij allemaal traumatische ervaringen opgedaan omdat we in een samenleving zijn opgegroeid, waarin van ons werd (en nog steeds wordt) verwacht, dat we ons aanpassen aan normen die we als kind al met de paplepel krijgen ingegoten. Als je je aanpast aan normen die anderen voor je bepalen, raak je uit verbinding met jezelf en daardoor uit verbinding met de eenheid, die we allemaal samen zijn.

Door de verbinding met onszelf te verliezen, leren we niet onszelf volledig te accepteren zoals we zijn en niet onvoorwaardelijk van onszelf te houden. Gevolg hiervan is dat we het gevoel hebben, niet te voldoen en de liefde die we nodig hebben bij een ander te moeten zoeken, binnen de verschillende vormen van relaties (partnerrelaties, vriendschapsrelaties, familierelaties, werkrelaties etc). Hierdoor liggen we regelmatig met onszelf en anderen in de knoop, vaak getriggerd door een emotie van ons niet gezien voelen.

Tijdens de 5 workshopdagen komt elke keer een ander thema aan bod.

De thema's zijn:

1. **Persoonlijk verleden** (24-02-2019)
2. **Waar wil je heen?** (31-03-2019)
3. **Vergeven** (05-05-2019)
4. **Houden van jezelf** (26-05-2019)
5. **Persoonlijk leiderschap** (15-06-2019)

Het is de bedoeling dat elke deelnemer op zijn eigen unieke manier de thema's invulling gaat geven. Iedereen volgt zijn eigen pad en draagt zo op eigen authentieke wijze ook bij aan het gemeenschappelijke helingsproces!

De serie van 5 workshops start met een maximum aantal deelnemers van 10 mannen!

De huidige serie workshops, wordt door de deelnemers o.a. ervaren als: **"Eyeopener voor zelfreflectie"**, **"Gegeven vanuit overgave en puurheid"**, **"Een (modder)bad waaruit prachtige inzichten groeien"** en **"Groei in verbinding met jezelf en anderen"**.

Voor deelname aan de serie van **5 workshopdagen, betaal je 333,- euro!** Daarvoor krijg je tijdens de 4 maanden dat de serie loopt ook in totaal **een uur persoonlijke coaching** op momenten dat je dat zelf wil. Dit kan via Skype, per telefoon of je komt naar Twan of Gio toe voor een persoonlijk gesprek? Mocht je daarnaast nog individuele coaching willen hebben, dan krijg je tijdens de duur van de workshopserie 25% korting op het normale coaching tarief. Verder kun je lid worden van een gesloten Facebook groep, waar mannen hun ervaringen en vragen kunnen delen. Hierdoor kunnen de mannen elkaar ondersteunen en inspireren in elkaars persoonlijke processen.

De workshop dagen worden gehouden op een prachtige boerderij-achtige locatie in Vianen. We starten elke workshop dag om 10.00 uur en eindigen rond 17.00 uur. Er is een lunchpauze van 12.30 – 13.30 uur. Voor koffie/thee/frisdrank en soep met brood wordt gezorgd. Daarnaast neemt iedereen iets te eten mee, dat we gezamenlijk delen tijdens de lunchpauze.

Aanmelden kan via: info@vanheelonzelfhouden.nl