

WORKSHOP
STROMEND DOOR DE OVERGANG®
MET CHI NENG QIGONG



Marijke Brouwers & Saskia Vermeesch

Gebouw GOED, Heuvelstraat 16 Deurne

zaterdag 7 februari 2015 10.00 - 17.00 uur

DE OVERGANG

Zoals puberteit en zwangerschap is de overgang een belangrijke periode in je leven. Vaak ondervind je als vrouw in deze periode sterke hormoonschommelingen. Deze schommelingen en hormonale veranderingen kunnen een scala aan mentale-, emotionele-, lichamelijke en seksuele klachten veroorzaken. Dit kan ook de directe omgeving sterk beïnvloeden.

Onwetendheid over deze fase en de hierbij behorende lichamelijke veranderingen maakt veel vrouwen onzeker. Opvliegers en transpiratieaanvallen zijn slechts enkele symptomen van de overgang. Naast lichamelijke klachten kunnen wisselingen in de hormoonhuishouding leiden tot slapeloosheid en de meest uiteenlopende emoties.

Erkenning, herkenning én het besef dat de overgang slechts een fase in je leven is, brengen je rust. Je kijkt terug op het leven dat achter je ligt, vraagt je af of je alles uit je leven haalt en al je talenten benut. De overgang is hét moment om nieuwe doelen te stellen voor de tweede helft van je leven. Hierdoor ontstaat innerlijke rust en maak je contact met wie je werkelijk bent.

VOOR WIE IS DE WORKSHOP?

Vrouwen die graag ondersteund worden in het transformatieproces van de overgang van de vrouw. Je kunt de overgang ervaren als crisis, maar ook als een hergeboorte. Het is een fase waarin – als gevolg van de veranderingen in je hersenen – je intuïtie sterker wordt en je hart zich verder opent. Een periode waarin je als vrouw het besluit neemt om die wijze en krachtige vrouw te worden die je oorspronkelijk al bent!

Met gerichte Chi Neng Qigong oefeningen ondersteun je dit proces: je levensenergie stroomt beter door, je ruimt blokkades op, je opent je hart én je hormoonhuishouding komt beter in balans!

DE WORKSHOP

Tijdens de workshop bieden wij informatie over de 'ins en outs' met betrekking tot de fysieke-, emotionele-, mentale-, sociale en spirituele aspecten van dit transformatie-proces, afgewisseld met speciaal op de overgang gerichte Chi Neng Qigong oefeningen.

Deze Chi Neng Qigong oefeningen geven een positieve invloed op lichaam en geest en daarmee op de hormoonbalans. Ook is er alle ruimte voor het stellen van vragen en het uitwisselen van ervaringen.

De workshop biedt nieuwe inzichten en methoden die je helpen blokkades op te ruimen en daadwerkelijk stromend door de overgang te gaan.

Prijs per workshop inclusief thee, fruit, lunch en 'handout' € 85,00, maximaal 8 deelnemers. Voor informatie en aanmelding: Marijke Brouwers of Saskia Vermeesch.



Marijke Brouwers is psychodynamisch therapeut, coach & trainer, gespecialiseerd in het werken met hormoon-gerelateerde problematiek. Zij werkt in de Vrouwenpoli Boxmeer én in haar eigen praktijk in Aarle Rixtel. Daarnaast geeft Marijke lezingen, trainingen, cursussen en workshops aan particulieren en bedrijven. Zij verzorgt – eventueel met gynaecologe(n) – bijscholingen aan o.a. therapeuten, (bedrijfs) artsen en coaches.

Marijke Brouwers & Vrouwenpoli Boxmeer
Beatrixlaan 1
5735 CX Aarle-Rixtel
0492-386109

Marijke.brouwers@intoflow.nl

www.intoflow.nl www.vrouwenpoliboxmeer.nl

Aangesloten bij de Nederlandse Beroepsvereniging van Hypnotherapeuten (NBVH).
Sommige verzekeraars bieden een gedeeltelijke vergoeding uit de aanvullende verzekering.

Saskia Vermeesch is beeldend kunstenaar en Chi Neng Qigong instructeur. Chi Neng Qigong is een Chinese bewegingsleer voor het versterken van lichaam en geest. De langzame sierlijke bewegingen brengen je geest tot rust en stimuleren de doorstroom van levensenergie (Qi). Door dagelijks bewust te bewegen, bevordert je de harmonie tussen lichaam en geest. Hierdoor kom je in contact met jezelf en diepe innerlijke stilte. Het doel van Chi Neng Qigong is het verwezenlijken van je volle potentieel op alle levensgebieden. Saskia heeft een eigen praktijk in Deurne en is als docent verbonden aan het Chi Neng Institute (www.chineng.nl).

Saskia Vermeesch
Chi Neng Qigong instructeur
Gebouw GOED
Heuvelstraat 16
Deurne
0493-317945

info@saskiavermeesch.nl

www.saskiavermeesch.nl www.chineng.nl

