



Voorjaar 2024

Werkgroep Transformatie & Bewustzijn ontwikkeling (WTBO)

De kracht van een groep en intensieve begeleiding!



Alles wat je voortbrengt vanuit de persoon, versterkt het idee dat de persoon ook werkelijk zou bestaan .

Marc Aarts

Wat bracht jou hier om dit te lezen?

Onderzoek de ware aard van je zelf, er is op dit punt niets beters te doen. Ramana M.

*Met dit programma werken we aan het bewustzijn over belangrijke thema's in het leven.
Hoe krijg ik een gelukkig leven? De WTBO biedt waardevolle ondersteuning in je ontwikkeling.*

Het betreft hier een ervaringsgerichte werkgroep op basis van verstillend, verlangzaam, persoonlijke ontwikkeling en bewustwording. Dit is een uitnodiging te komen tot rust, vrede en geluk. Mindfulness yoga en o.a. lichaamsgerichte therapie is ervoor zowel privépersonen als professionals (hulpverleners, coaches, trainers, begeleiders). In deze werkgroep/workshop/training kun je groeien door te werken aan je talenten, bewustwording en kun je loskomen van belemmerende patronen. Er is support om te komen tot je waarachtige potentie.

Iedereen wordt uitgenodigd op een gelijkwaardige voet met elkaar te werken. Je 'werkt' zowel individueel en met je eigen proces als ook met de groep. Tevens krijg je regelmatig de kans om jezelf beschikbaar te stellen om een ander in zijn proces te begeleiden. Verschillende werkvormen, zoals die van de psychotherapie, psychologie, Transactionele Analyse, mindfulness, yoga, meditatie, lichaamswerk, bio- en core-energetica, - komen aan bod. Er kan per gehele module van zes dagen (inclusief de 2 daagse), ieder voor- of najaar los worden ingeschreven.

Dit keer aandacht voor:

Hoe zit het eigenlijk, hebben we in dit leven wel echt een keuze als het gaat om de diepere dingen die onze levensloop bepalen? Als we ons niet bewust zijn, ook maar ten dele niet bewust zijn van een patroon- die zielloze kracht welke over generaties lang al zijn ding doet, wie doet het dan nog? Wie kun je dan nog verantwoordelijk houden, laat staan verwijten of beschuldigen? Is dit nu iets om heel machteloos van te worden of is het heel mooi en bevrijdend? Wat hebben we nu wél te doen of te ontwikkelen?

Doelgroep:

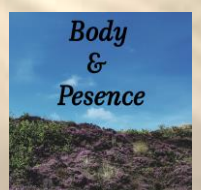
- Privépersonen die een belangrijke impuls willen geven aan hun persoonlijke ontwikkeling.
- Professionals die met andere mensen (willen gaan) werken zoals: zorg- & hulpverleners, artsen, poh-ers, therapeuten, psychologen, coaches, gezins-, jeugd- en sportbegeleiders, docenten, interne begeleiders onderwijs, etc.

Onderwerpen (open kader, interactief):

- Dag 1 Groepsvorming & "Er zijn" Body&Presence, terugtrekken & terugkomen
- Dag 2 Geven & nemen, ontvangen & inbrengen
- Dag 3+4 Levensenergie, intimiteit en overgave. Wat is je verlangen en hoe oefen je weerstand uit op overgave? Je hoeft hiervoor niet in een relatie te zitten.
- Dag 5 Transformatie basis emotie(s) & bewustzijn en vicieuze cirkel emoties
- Dag 6 Relaties; van verliefdheid naar liefde, van de ander naar je eigen rugzakje. Ruzie stijlen, hoe krijg je een gelukkige relatie? Afsluiting WTBO cyclus.

Methodieken:

- Mindfulness
- Bio-energetica, Core-energetica
- Yoga
- Meditatie
- Oefenen met stilte
- Ademwerk
- Psycho-educatie
- Be Present
- Empathische zelf
- Masker, Onderdruchte zelf, Opstellingen





Voorjaar 2024

Werkgroep Transformatie & Bewustzijn ontwikkeling (WTBO)

De kracht van een groep en intensieve begeleiding!

Instroom (nieuwkomers):

- Welkom zijn zij die al eerder een traject bij een psycholoog, (psycho-)therapeut of een training hebben doorlopen of op daar mee bezig zijn.
- Allen die een professionele achtergrond hebben in het werken met mensen.
- Beginners kunnen ook kiezen voor deze werkvorm. Individuele begeleiding wordt voor van harte aanbevolen en toelating volgt na overleg. Het intakegesprek kost 40 €. Dit bedrag wordt na inschrijving in mindering gebracht.

Praktische info : Data zijn **op een zaterdag** in de maand, 2 daagse begint op de vrijdag middag
Kleine groep max. 14 deelnemers (min 8) en 2 professionele begeleiders.

Data: **13/1, 10/2, 15(middag/avond)&16/3, 20/4, 1/6 en reservedatum 22/6** i.g.v. verhindering

Tijden: Van 9.30 tot 17:00 (of 15.00 ~ 16.00 bij kleine groep)

2 daagse vanaf 13:00 op **vrijdag (incl. avond/nacht)** & zaterdag van 9.00 tot 16.00.

Locatie: Wijkcentrum de BRINKHOEVE Kerkstraat 11 te Portugal.

Kosten/module:

Doorstromers direct door naar 't volgende blok, aanmelding voor 15 nov, 50€ privé korting.*

€ 250,00 incl. BTW **Minima/bijstand** vergoeding voor **privé** personen,
mits bij voorraad in 't Fonds (Fonds betaald de andere helft).

€ 570,00 incl.* BTW **Basis prijs**, duurzaam evenwicht tussen kosten & baten.

€ ???,00 incl. BTW **Geef 't door prijs**, via je bijdrage

support je 1 of meerdere personen via 't WTPO fonds!

€ 743,80 excl. BTW **zakelijk, factuur (eigen) bedrijf/ zpp-er.**

€ 991,73 excl. BTW **zakelijk, factuur o.n.v. werkgever.**

Voor eventuele vergoeding vanuit je (aanvullende) verzekering neem je even contact met ons op.

Eten: Zaterdag zelf lunchpakket meenemen. 2 daagse exclusief avondeten en ontbijtkosten.

Inschrijving: In volgorde van aanmelding. Reservering/aanbetaling € 70,00

Betaling: Het gehele bedrag dient te worden voldaan 1 maand voor de aanvangsdatum
(vraag via de mail de juiste boekingsgegevens).

Annulering: Kosten € 70,00 indien korter dan 4 weken voor de aanvangsdatum geannuleerd wordt.

Voor 2 weken voor aanvang van de training is men het gehele bedrag verschuldigd.

Info & opgave: Marc Aarts: 0180-707519 of e-mail naar: info@marcaarts.care

Marieke Lambeek: 06-14 84 67 27 of e-mail naar: annemarike.lambeek@gmail.com

Begeleiders: Bij voldoende aanmelding zal Marc met Marieke samen de leiding delen.

Marc Aarts:



Marc werkt met een non dualistische visie vanuit het Praktijkcentrum **Waal en Devel** in Ridderkerk als begeleider, trainer en lichaamsgericht therapeut. 'Mijn passie gaat over mensen uit te nodigen om te komen tot meer rust, vrede, zingeving en geluk.'

Marieke Lambeek:



Marieke is psycholoog en werkt onder meer vanuit lichaamsgerichte kaders, Mindfulness en Transactionele Analyse. Haar passie gaat uit naar transformatie- en levensfase processen, kortom naar 'worden wie je bent'.