



Instituut voor Aandacht & Mindfulness

MINDFULNESS MEDITATIE



STUDIEDAG: Mindfulness in je relatie Zaterdag 18/09/2010

Tijdens deze dag onderzoeken we wat ons verhindert om helemaal onszelf te kunnen zijn en uitdrukken.

Welke verdedigingsmechanismen dragen we mee?

Van waar komen ze?

Hoe kunnen we ze herkennen en er niet meer door bepaald worden?

Hoe kunnen we heartful in het leven staan.

Enkele onderwerpen van deze dag:

De taal van het hart

Liefdevolle relaties

Diepe vergeving in moeilijkheden met ouders

Liefde en seks, het doel of de weg?

Communicatie vanuit gewaarszijn en respect

De sessie wordt begeleid door Dr. David Dewulf

BIJDRAGE pp

Inschrijvingsprijs : € 85,00 per persoon

Betaling is mogelijk via KMO portefeuille.

Studenten of financiële moeilijkheden: € 70,00 per persoon

Op deze dag kan men cd's aanschaffen.

Inbegrepen: middagmaal, water en thee.



PLAATS

De Blauwe Poort
Collegebaan 49
9090 Melle
(5 minuten van de autostrade)

AANKOMST

Men wordt verwacht vanaf **09.15u** voor registratie.
Er wordt **stipt** gestart **om 10.00u** (gelieve minstens 15 min. vooraf aanwezig te zijn)
De dag duurt tot **17.00u** .

PRAKTISCHE INFO

Neem een mat, deken, warme sokken en een meditatiebankje of kussen mee .
Voor verdere vragen, mail a@aandacht.be
Secretariaat Mindfulness : 0494/94 60 60 of 09/328 60 90

INSCHRIJVEN

Inschrijven kan via de link op de site bij agenda meditatiedagen.

ANNULATIE

- Tot 4 weken voor de start van de training of activiteit kunt u uw inschrijving kosteloos annuleren.
- In geval van annulering tussen 4 en 2 weken voor de aanvang, rekenen we een annuleringsvergoeding aan van 15%.
- Bij annulering tussen 2 weken en 2 dagen voor de start, bedraagt de vergoeding 30%.
- Bij annulering in de 2 laatste dagen bent u ons het volledige bedrag sowieso verschuldigd en is er dus geen terugbetaling mogelijk.
- *U kunt zich wel te allen tijde laten vervangen door een andere persoon, indien ons dit vóór aanvang van de opleiding wordt gemeld en deze persoon naar oordeel van de trainer aan de aanmeldingscriteria voldoet. Aan een dergelijke vervanging zijn geen kosten verbonden.*

Voor definitieve data en onderwerpen gelieve steeds www.aandacht.be te raadplegen. Data kunnen wijzigen. Er worden ook vaak nieuwe dagen georganiseerd.