



CYCLUS VAN 5 AVONDEN

DE STAD ALS HERBRONNINGSPLEK ONDANKS DAGELIJKSE SLEUR - DE STADSVERPLAATSING ALS ENERGIEWEKKER

Training en praktische workshop

Je droomt van verandering maar je voelt je gevangen in de wervelwind van het leven? Heb je last van de dagelijkse sleur en je weet niet hoe je eruit moet geraken?

Ontdek met een originele aanpak en innovatieve tools hoe je (weer) kunt aanknopen met inspiratie en gedrevenheid.

Deze cyclus is speciaal ontworpen voor mensen die zich vaak in stedelijke contexten bevinden.

TRANSFORMEER VERLOREN TIJD IN INSPIRATIE

Cyclus van vijf avonden om van blik te veranderen en nieuwe perspectieven aan te boren.

Praktische informatie:

Sessie 1 : Momentopname, waar bevind ik mij in mijn leven? Zichzelf bepalen aan de hand van de verhouding tot de stad.

Sessie 2: Prikkelbaarheid en innerlijke motivatie.

Sessie 3: Hoe breken met een gevoel van routine zonder van leven te veranderen. Weerstand verzoeten. Verhouding tussen routine en stress.

Sessie 4: Correlatie tussen innerlijkheid en rumoer van de stad. Innerlijke stilte midden het stedelijk tumult.

Sessie 5: Zijn verhouding tot de stad duurzaam veranderen.

Wanneer?

Sessie 1 : dinsdag 5 november 2019 van 18u30 tot 20u30

Sessie 2: dinsdag 12 november 2019 van 18u30 tot 20u30

Sessie 3: dinsdag 19 november 2019 van 18u30 tot 20u30

Sessie 4: dinsdag 26 november 2019 van 18u30 tot 20u30

Sessie 5: dinsdag 3 december 2019 van 18u30 tot 20u30

Waar?

El-Kalima, Zuidstraat, 69 - 1000 Brussel

Prijs: 175€

Taal: gezien de Brusselse context wordt de workshop zowel in het Nederlands als in het Frans gegeven.

Info et inschrijvingen: workshops@sebastiendefooz.com

Sebastien de Fooz

contact@sebastiendefooz.com

Om in te schrijven of informeren : 0473/85.20.14

www.sebastiendefooz.com