

Workshop van Stress naar Stilte

Heb je last van stress en zoek je naar manieren hoe je dat zelf kan oplossen?

In deze workshop laten we je zien, voelen en ervaren hoe je vanuit stress de stilte in kan komen. Vanuit die stilte ben je in staat tot rust te komen. Soms is een ander perspectief nodig om je emoties te ontwarren en met een frisse blik alles eens opnieuw te bekijken.

Word je bewust wat jouw stress is, energetisch, fysiologisch en psychologisch, en ontdek jouw weg uit deze stress....

We bieden je enkele tools aan die je hierbij kunnen helpen.
Ben je nieuwsgierig geworden?

Meld je dan aan voor de **Workshop van Stress naar Stilte** op **2 juni** aanstaande, in Haarlem, vóór 15 mei a.s.

Kosten : € 95, incl btw.

via info@oogvanstilte.com, dan sturen we je daarna meer informatie.

Zie ook:

<https://www.oogvanstilte.com/agenda-opleidingen-workshops>