

De cursus **Creatief leven**, voor wie zich hierin herkent:

- Ik voel me eenzaam
- Ik weet niet wat ik wil, ik voel me vaak een buitenstaander
- Ik heb mijn evenwicht niet hervonden na een belangrijke gebeurtenis in mijn leven
- Ik zou wel wat meer of andere contacten willen
- Ik weet dat ik best wat in mijn mars heb, maar ik ben te verlegen.

Verandering is uitdagend, maar het kan ook bedreigend zijn. Deze cursus is speciaal gemaakt is om je te helpen. Het biedt een veilige omgeving, waarin iedereen hetzelfde wil bereiken. Bel of mail. Doe die stap. Bepaal je eigen levensweg!

Meer informatie en/of aanmelden

Via cursusleider Ans Tersteeg

Telnr.: 06 – 83876853

Email: info@aenbtraining.nl

Of via aanmeldformulier:

<https://www.aenbtraining.nl/Website/aanmelden-cursus-woorden/>

Deze cursus wordt u aangeboden door:



Specialist Eenzaamheid: Ans Tersteeg
A en B Training



Creatief Leven

Hoe geef je je leven vorm? Waar begin je?

Creatief Leven is een praktische cursus voor mensen die zich **eenzaam** voelen. Voor mensen die het idee hebben dat er iets moet veranderen. Die in beweging willen komen, maar niet goed weten hoe. Tijdens de cursus krijg je veel informatie en bouw je aan een prettiger leven.

Denken

In de cursus Creatief Leven leer je op een andere manier te kijken naar jezelf en de wereld. Ontdek opnieuw welke dingen er in het leven belangrijk voor je zijn. Individueel en met hulp van de groep ontdek je een nieuwe manier van positief en creatief denken en leven.

De cursus biedt:

- Inzicht in de patronen van het leven
- Inzicht in jezelf
- Inzicht in wat de omgeving te bieden heeft
- Inzicht in hoe je kunt bereiken wat je wilt

Doen

Inzicht is mooi, maar het is niet voldoende. Daarom zijn er opdrachten die je laten ervaren hoe het is als je dingen anders aanpakt dan je gewend bent. De cursus biedt verrassende oefeningen in creativiteit. Je leert luisteren naar jezelf. Je voelt hoe het is om nieuwe dingen te doen. Een eye-opener! Zo ontdek je wat het is om je leven op een andere manier vorm te geven!

Voorop staat dat elke deelnemer de verantwoordelijkheid neemt voor het eigen leven. De wereld kun je niet veranderen, wel je eigen gedrag. Dat weet je.

Cursusgegevens

De cursus bestaat uit **acht bijeenkomsten**.

Data: 10 september, 24 september, 8 oktober, 22 oktober, 5 november, 19 november, 3 december, 17 december

Plaats: De Plint, Jozef Israelslaan 20, Woerden

Kosten: € 25,- incl. werkboek, materialen koffie/thee

Tijd: Woensdag: 9:30 – 12:00 uur

Informatiebijeenkomst (gratis)

Woensdag 3 september van 10:30 – 11:30 uur

Locatie: De Plint, Jozef Israelslaan 20, Woerden

