



**workshops en vormingsavonden  
persoonlijke ontwikkeling  
kinderwens**



**Plaatsen zijn beperkt! Inschrijven verplicht!**

**Nazomerworkshop Jezelf graag zien!**

Vaak heb je vooral oog voor je gebreken en valkuilen. Dit haalt je mindset naar beneden. Heb je al eens ervaren hoeveel deugd het doet om enkel te kijken naar jezelf met al je goeie kanten, al je kwaliteiten? Dat werkt echt versterkend! Het geeft je energie!

Tijdens deze workshop gaan we uitsluitend bezig zijn met de positieve dingen van onszelf! Een mentale boostdag helemaal voor jezelf! Een waar bad vol warmte en eigenliefde. De onvolmaaktheden zien we wel, maar we parkeren ze resoluut. We zetten de schijnwerpers op jouw kwaliteiten, op wat jou zo'n tof mens maakt! We genieten 's middags van een potluck, waarbij ieder wat lekkers meebrengt om te delen. Bij mooi weer maken we een korte wandeling in de Meetjeslandse natuur. Ga naar huis met een kado voor jezelf, een andere mindset. Al was het maar voor even, je hebt gevoeld hoe het voelt! Het wordt jouw anker om jezelf graag te zien.

zaterdag 22 september 2018 van 10.00u tot 15.00u

schrijf je in met korting: 45 euro (ipv. 79 euro), koffie en thee inbegrepen. Lunch zelf mee te brengen (potluck).  
Blocsheule 5, 9968 Bassevelde (Assenede)



**Keuzes maken. De uitdaging van deze tijd.**

Wil ik dit werk blijven doen? En wat wil ik dan wel doen? Blijf ik in deze relatie? Zouden we verhuizen naar iets beters? Zou ik die opleiding nog volgen? De tijd dat we veertig jaar lang dezelfde job deden en even lang dezelfde partner hadden is voorbij. Vandaag ligt de wereld voor ons open, haast alles is mogelijk en bereikbaar. We kunnen ons geluk zelf maken, zo lijkt het. Dit geeft ons vrijheid, maar tegelijk ook stress. Het is lastig om wijs te geraken uit zoveel mogelijkheden. Je kan je leven zelf vorm geven, maar hoe weet je wat het beste is?

Tijdens deze workshop leer je vanuit welke hoeken jouw levenskeuzes beïnvloed worden. Je drijfveren vragen misschien een ander doel dan je denkt. Wat is je ware verlangen? En zijn er patronen die jou sturen of

belemmeren? Je komt er meer over te weten tijdens deze workshop, opdat de keuzestress geen loopje met je neemt, maar jij met vertrouwen gepast kan beslissen.

zaterdag 13 oktober 2018 van 10.00u tot 12.00u - combineer deze workshop met een herfstwandeling in de mooie natuur van het Meetjesland  
schrijf je in met korting: 29 euro (ipv. 35 euro), koffie en thee inbegrepen  
in de prachtig gelegen Huysmanhoeve, Bus 1 (zijstraat Peperstraat), Eeklo



### **Contactmoment bewuste kinderloosheid**

Je koos bewust voor een leven zonder kinderen. Vandaag wordt de groep bewust kinderlozen steeds groter. Toch merk je in de omgang met anderen dat jouw keuze, dat de afwezigheid van een kinderwens als vreemd wordt aanzien. Je krijgt vragen of opmerkingen. Je merkt dat je tot een andere sociale groep behoort.

Deze avond kom je in contact met anderen die dezelfde keuze maakten. We besteden tijd aan wat bij jou leeft, wat jij tegenkomt in interacties met anderen rond je keuze om zonder kinderen door het leven te gaan. Je krijgt verhelderende inzichten aangereikt waardoor je dit alles kan kaderen. Verder werken we rond de waarden en krachten waarmee jij als kinderloze vrouw of man in de wereld wil staan. En je breidt je netwerk uit met gelijkgestemden.

zondag 21 oktober 2018 van 10.30u tot 12.30u - combineer deze workshop met een herfstwandeling in de mooie natuur van het Meetjesland  
schrijf je in met korting: 29 euro (ipv. 35 euro), koffie en thee inbegrepen  
Blokshoule 5, Bassevelde (Assenede)



### **Stiltewandeling**

'Dag van de stilte' is een jaarlijkse sensibiliseringscampagne die de waarde van vertragen, verstillen en kwaliteitsvolle aandacht maatschappelijk aan de orde stelt. In dat kader biedt De Veelsprong een Stiltewandeling aan. Verdere info volgt.

zondag 28 oktober 2018

omgeving Bassevelde (Assenede) - plaats van samenkomst volgt

### **Ontdek jouw verborgen kwaliteiten. Over subpersoonlijkheden en schaduw.**

Een subpersoonlijkheid die de meeste mensen wel kennen is de innerlijke criticus. Hij zit op je schouder, kijkt mee en becommentarieert ongevraagd wat je doet. Zo zit hij aan het stuur van je mentale auto. Maar hoe zit het met de humorist in jou, die de criticus misschien gevat kan relativieren? Wie springt er nog meer op de voorgrond in je dagelijks leven? Misschien wel de doordrammer, de wantrouwige, de piekeraar of de twijfelaar. Hoe ga je met lastige stukken van jezelf om? Of met lastige stukken van anderen? En hebben die dan ook een kwaliteit?

Leuk om weten is dat er wellicht nog ongekenne eigenschappen van jezelf in de koffer van je auto zitten. Je gaat tijdens deze workshop op een ludieke manier aan de slag met jouw subpersoonlijkheden, waardoor je meer zicht krijgt op stukken die deel uitmaken van wie jij bent. Ook in contact met anderen worden verborgen eigenschappen van jezelf getriggerd. Je leert hoe dat werkt en wat je eruit kan leren over jezelf.

zaterdag 17 november 2018 van 10.00u tot 12.00u - combineer deze workshop met een herfstwandeling in de mooie natuur van het Meetjesland

schrijf je in met korting: 29 euro (ipv. 35 euro), koffie en thee inbegrepen

Bloksheule 5, Bassevelde (Assenede)

### **Fotografie als hulpbron in je leven**

Fotografie kan een hulpbron zijn in je leven, door die beelden vast te leggen die jou raken. Je foto's geven weer hoe jij je op dat moment voelt, waar je naar verlangt, waar je blij van wordt of ze bieden je troost. Door middel van de creativiteit of kunstzinnigheid van jouw fotografie leer je meer over jezelf en kan je jezelf op een zeer persoonlijke manier uitdrukken.

Dit is geen fotografie cursus. Tijdens deze workshop krijg je een verruimd inzicht in hoe fotografie een hulpbron kan zijn in jouw leven. Je gaat ook zelf aan de slag door middel van een kleine opdracht. Je hoeft geen fotografiekennis te hebben en ook geen hoogtechnologisch fototoestel.

maandag 19 en 26 november 2018 van 20.00u tot 22.00u - de workshop bestaat uit 2 avonden

schrijf je in met korting: 59 euro (ipv. 69 euro), koffie en thee inbegrepen

Bloksheule 5, Bassevelde (Assenede)

### **Het dilemma rond de kindervens**

Je twijfelt over de keuze voor het moederschap of vaderschap. Deze keuzevrijheid maakt het er niet eenvoudiger op. Volg je je verstand of je gevoel? En wat zeggen beiden jou dan?

We besteden aandacht aan factoren die jou belemmeren en elementen die jou drijven. We kijken naar de invloed van familiebanden op jouw kindervens, we werken rond je beeld van de moeder- en vaderrol, we staan stil bij je gevoel en werken rond jouw doelen en verlangens. Zo verwerf je diepere inzichten, waardoor jouw persoonlijk antwoord op deze levensvraag verder vorm krijgt en je de knoop kan doorhakken en kiezen voor wat bij jou past.

maandag 10 december 2018 van 20.00u tot 22.00u

schrijf je in met korting: 29 euro (ipv. 35 euro), koffie en thee inbegrepen

Bloksheule 5, Bassevelde (Assenede)

### **Lotgenotenavond ongewenste kinderloosheid**

Je hebt een weg afgelegd om jouw kinderwens trachten te vervullen. De periode van vruchtbaarheidsbehandelingen is ten einde. Of je bent kinderloos door de loop van het leven: je ontmoette niet de juiste partner, je kinderwens stak pas laat de kop op, je gezondheid speelde je parten, je partner zag kinderen niet zitten of had al kids, ... Je merkt dat het lastig is om er met anderen over te praten, om mensen te vinden die begrijpen hoe het voelt. Je ziet op tegen de eindejaarsfeesten. Je vraagt je af, hoe moet ik verder, zonder kinderen van mezelf?

Tijdens deze avond krijgt jouw niet-erkend verlies een plaats. Dit helpt je om je verdriet te verwerken. Zo krijgt je niet-vervulde kinderwens een plek. Je hoeft je verlies niet los te laten, je leert het anders vasthouden. Ook het effect van kinderloosheid op jou of op je relatie krijgt aandacht. Je geeft jezelf een stem door je verhaal te doen. Zo krijgt het bestaansrecht. En je ontvangt begrip en erkenning. Je voelt je gesteund en gesterkt, en je hebt meer vertrouwen in de toekomst.

maandag 17 december 2018 van 20.00u tot 22.00u.

schrijf je in met korting: 29 euro (ipv. 35 euro), koffie en thee inbegrepen

Bloksheule 5, Bassevelde (Assenede)

### **Inschrijven**

0474/351 116

miriamderycke@deveelsprong.be

