



ik ben
waardevol

HANDLETTER JE MILDE MANTRA

THEMA: Gelukkig zijn

AANTAL TAALICONEN: 3

WERKVORM: Workshop

BEGELEIDER: Evelien Heeren

MIN/MAX AANTAL DEELNEMERS: 8/12

AANTAL SESSIES/DUUR SESSIE: 1 keer 2,5 uur

PRIJS SAMENWERKING (PER DEELNEMER):

Standaardprijs: €15

Kortingsprijs: €11

Verhoogde tegemoetkoming: €3

PRIJS UITKOOP:

€155 + kilometervergoeding

VERANTWOORDELIJKE VORMINGSWERKER:

Karolien Nouwen

INHOUD:

Vaak zijn we onbewust strenger voor onszelf dan voor een ander.

Die innerlijke kritische stem maakt je onzeker, doet twifelen, houdt je klein. In deze workshop sta je stil bij jouw denkpatronen. Je leert met meer optimisme en mildheid naar jezelf en je leven kijken.

Daarna ga je aan de slag met 'faux kalligrafie'. Dit is een vorm van handletteren. Evelien helpt je om zo jouw milde mantra op een creatieve manier te vertalen.