

Workshops & Activiteiten



LEVENSLIJN MAKEN EN DUIDEN

Door het tekenen van je levenslijn krijg je inzicht in je patronen, waarop je je keuzes baseert en welke overtuigingen daarin een rol spelen. Zijn deze overtuigingen nog helpend of zijn ze toe aan vervanging, omdat ze niet meer kloppen en niet meer nodig zijn? Na het tekenen en een gesprek over je tekening ga je met hernieuwde inzichten en wellicht met een nieuwe helpende overtuiging je leven weer in.

MAART

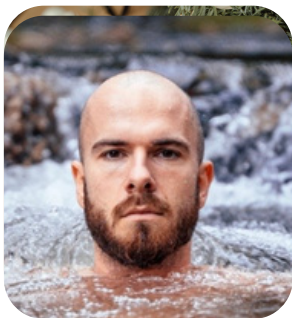
29

13:00 - 16:00

Aantal deelnemers: maximaal 6

Kosten: 60 euro, inclusief materiaal, koffie en thee.

Opgave via Guusta Elzinga Tel: 06-51784514 Of via het contactformulier.



ADEMSSESSIE & TENSION RELEASE

Een actieve ochtend waarbij ik jouw zenuwstelsel ga prikkelen om het daarna weer tot rust te brengen. Resultaat: minder stress, diepere slaap en beter in contact met je emoties.

APRIL

3

10.00-12:00

Aantal deelnemers: maximaal 12

Kosten: 40 euro, inclusief koffie en thee

Opgave via Tibor naar info@tibordeboer.nl Of via het contactformulier.

Workshops & Activiteiten



NLP, IK ZIE IK ZIE WAT JIJ NIET ZIET

wil je nauwkeuriger leren waarnemen? Mensen (en jezelf) beter kunnen begrijpen in de communicatie? Gemakkelijker contact kunnen maken? In deze workshop maak je kennis met een aantal technieken vanuit nlp.

- rapport: hoe kun je zo afstemmen op de ander dat het gesprek, het contact, effectief is? Juist als het even niet zo gemakkelijk gaat?
- representatiesystemen: waar haal jij je informatie vandaag en wat helpt jou het best om te onthouden? En hoe bereik je de ander effectiever?
- oogwegingen: de richting waarin mensen kijken zegt iets over wat ze innerlijk doen. Met deze informatie kun je beter aansluiten bij de ander. Het zijn slechts een paar communicatietechnieken die een wereld van verschil kunnen maken in jou communicatie met jezelf en de ander. Je krijgt theorie en we gaan vooral oefenen en ervaren.

12
APRIL

13:30-16:30

Aantal deelnemers: maximaal 12

Kosten: 60 euro, inclusief materiaal, koffie en thee.

Opgave via Guusta Elzinga Tel: 06-51784514 Of via het contactformulier.



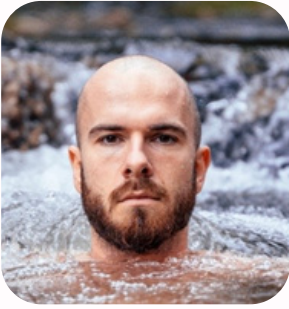
MARKT MET DIVERSE PRODUCTEN UIT ONS MOOIE FRIESLAND

De fan boer Nei Minsken markt is een markt voor iedereen. Dit concept is ontstaan met het idee om de markt met lokale producten weer terug te brengen in de mienskip. (gemeenschap) Er valt lokaal zoveel meer te verkrijgen, zonder dat dit bekend is. Steeds meer boeren & ondernemers verkopen hun producten weer rechtstreeks aan de consument. Je kunt alleen kontant betalen. Wij hebben er zin in! kom je ook?

14
APRIL

12:00 - 16:00

Workshops & Activiteiten



ADEM & IJSBAD WORKSHOP

Durf jij uit je comfort zone te stappen en wil je op een veilige manier kennis maken met een ijsbad? Meld je dan aan voor deze Adem & ijsbad workshop.

14
APRIL

10.00-13:00

Aantal deelnemers: maximaal 12

Kosten: 95 euro, inclusief koffie en thee

Opgave via Tibor naar info@tibordeboer.nl Of via ons contactformulier



FAMILIEOPSTELLING

Op deze middag begeleid ik een aantal familieopstellingen. Er is ruimte voor twee mensen die een vraagstuk inbrengen en voor 8 mensen die representant willen zijn in de opstelling van de ander.

Ook heel geschikt als je nog niet veel weet van opstellingen en dit graag een keer wilt meemaken zonder direct zelf een vraagstuk in te brengen.

In een opstelling zet de inbrenger mensen in de ruimte die een rol spelen in het vraagstuk.

Alleen al door het zichtbaar maken van deze opstelling krijgen mensen al veel inzicht in wat er speelt.

Soms is dat al voldoende, maar vaak ook geeft de opstelling meer informatie en kan er ook oud zeer geheeld worden, waardoor je 'klacht' verandert of verdwijnt.

Het is voor iedere deelnemer altijd een boeiende, ontroerende en inspirerende bijeenkomst.

20
APRIL

13:30-16:45

Aantal deelnemers: maximaal 10

Kosten: 75 euro voor de inbrengers, 35 euro voor representanten.

Opgave via Guusta Elzinga Tel: 06-51784514 Of via het contactformulier.



Workshops & Activiteiten



NLP, VAN OORDEEL NAAR NIEUWSGIERIGHEID

Hoe vaak betrap jij je erop dat je vanuit een (ver)oordeel handelt en is dat altijd effectief?

In deze workshop word je je bewust hoe je omgaat met oordelen, snap je waar dat vandaan komt én krijg je handreikingen om van oordeel naar nieuwsgierigheid te komen!

We behandelen o.a. het communicatiemodel van NLP en een aantal vooronderstellingen die van grote invloed (kunnen) zijn. Het is een spiegel waar we om kunnen lachen, waar we inzicht door krijgen en ons kan stimuleren om vanaf nu anders te kijken en te luisteren naar jezelf en anderen.

Je communicatie verbetert, daardoor verbeteren je relaties en krijg jij meer rust en ruimte.

26
APRIL

13:30-16:30



Aantal deelnemers: maximaal 12

Kosten: 60 euro, inclusief materiaal, koffie en thee.

Opgave via Guusta Elzinga Tel: 06-51784514 Of via het contactformulier.

