



*Gun je jezelf 5 heerlijke
dagen op een eiland ?!*

5 DAAGSE TRAINING VOOR VROUWEN,
WAARIN MINDFULNESS EN DE
OVERGANG CENTRAAL STAAN.
29 MAART-2 APRIL 2020

WAAR
Terschelling

WANNEER

Zondag 29 maart t/m donderdag 2 april 2020

INFO:

*Leontine Lenferink
tel..nr.0628912550
www.Nu-n-Nu.nl*

*Anja Buteröwe
tel.nr.0 623527566
www.fides-praktijk.nl*

De overgang kan een heleboel op haar kop zetten en het contact met jezelf, je partner en/of je kinderen behoorlijk verstoren. Gedurende deze 5 dagen doen we de refuliere MBSR mindfulnessstraining, oefenen we, wisselen we uit en genieten we van de prachtig omgeving en nog veel meer. Deze dagen kun je zien als een investering in jezelf, in je gezondheid en welzijn. Daarnaast hopen we ook dat je plezier hebt en wellicht ook nog een vakantie gevoel.

*Prijzen: 1 pers. Kamer 695,- / 2pers kamer €595,-
incl. alle maaltijden en koffie en thee. . Reis voor eigen rekening.*