Ontmoetingsweekend

DÉ WARME PLEK VOOR WIE EEN KWETSBARE START MEEDRAAGT

STICHTING IAM
ADVOCACY · SUPPORT · BREATHWORK · LECTURES
PRETERM BIRTH, LONG-TERM IMPACT
WWW.INGEBORGANNAMARTENS.NL

Twee dagen met ruimte voor ontmoeting, vertraging en verdieping.
Even weg uit het dagelijks leven. In een rustige omgeving, midden in de natuur.
Met tijd voor jezelf én om je te verbinden met anderen.
Om te ervaren. Te delen. Buiten te zijn. Samen te eten. Of juist even stil te zijn.

Je hoeft geen hulpvraag te hebben.
Je hoeft je verhaal niet op orde te hebben.
Je hoeft niets te bewijzen.

Jouw aanwezigheid is genoeg.





Wat het weekend brengt?

Dat leggen we bewust niet helemaal van tevoren vast.
Tijdens het weekend zijn er verschillende mogelijkheden om te ervaren, te ontdekken en te verdiepen.
Denk aan creatief aan de slag gaan met een moodboard, meditatie, een ademsessie, Liquid Yoga®
of samen onderzoeken wat stress en regulatie voor jou kunnen betekenen.
Ook is er ruimte om naar buiten te gaan, te wandelen, samen te eten, mooie gesprekken te voeren
of juist even stil te zijn.
Wat op welk moment passend is, mag gedurende het weekend ontstaan – vanuit de mensen die er zijn
en wat er op dat moment leeft.

Alles op jouw manier en in jouw tempo.

2 & 3 oktober 2027
De Buitenhorst, Schaijk

Bijdrage € 244,- all-in
Inclusief overnachting,
alle maaltijden en het programma

Maximaal
8 deelnemers

Voor meer informatie
en aanmelden:
mail@ingeborgannamartens.nl