

intimiteit

workshop Met Margreet Smit en Meis Thewissen,
17 en 18 oktober, Cordium, Nijmegen.



Het woord intimiteit roept van alles op. Er is snel een associatie met lichamelijke nabijheid, affectie en met seksualiteit.

Maar intimiteit vraagt allereerst om veiligheid. Denk maar aan je eerste ervaring met intimiteit: wanneer je als baby drinkt en slaapt bij je moeder. Intimiteit is een fysieke ervaring, maar je kunt ook emotionele intimiteit beleven, of intellectueel en zelfs spiritueel. Intimiteit gaat ook over kwetsbaarheid en verbinding. En over overgave. En dat is niet altijd even gemakkelijk. De nabijheid van een ander mens kan vermengd zijn met pijn, angst of verwarring. Of er is geen goede grens tussen ik en jij en verdwijn je in de ander bij wie je de intimiteit zoekt. En hoe intiem ben je met jezelf?

We gaan het weekend aan de slag met jouw beleving van intimiteit en hoe dat in jouw leven aanwezig is. Gekoppeld aan het thema werken we op een veilige en rustige manier, met veel tijd voor verdieping en heling in een niet al te grote groep. We werken met energetische oefeningen, yoga, sharing en zachte therapeutische technieken.

De workshop is in Cordium, Ruyterstraat 65 Nijmegen. We beginnen om 10.00 uur, inloop vanaf 9.00 uur. Op zaterdag werken we tot 17.30 uur en dineren we samen. Om 19.30 starten we het avondprogramma tot ongeveer 21.30. Zondag werken we van 10.00 tot 17.00 uur, met een lunchpauze.

De kosten zijn € 300,- en voor koffie, thee etc., tweemaal lunch en eenmaal diner betaal je € 50,-. Mocht je willen blijven slapen, laat dat even weten, daar zijn extra kosten aan verbonden.

Aanmelden: Meis Thewissen 0622001281, mtjthewissen@gmail.com
Margreet Smit +31623696790 margreetsmit@corekracht.nl