

Veerkracht en geluk

(ZELF)COMPASSIE IN DE ZORG

Hoe gaan we om met de uitdagingen in onze zorg voor anderen? Hoe kunnen we voor onszelf zorgen? Hoe gebruiken we compassie om meer aanwezig te kunnen zijn voor de patiënt, bewoner, cliënt, collega?

Tijdens de 8-weken compassietraining verkrijg je inzichten in je emoties, je leert omgaan met je innerlijke criticus. Dit helpt je om in je dagelijks werk anders en lichter te gaan werken. En voor jezelf te zorgen, ruimte te maken voor vreugde, geluk en liefde!

Voor wie?

Zorg- en hulpverleners & vrijwilligers

Mensen zoals jij, met het hart op de goede plek. En open om te kijken naar jezelf en daardoor nog betere zorg te kunnen leveren.

Begeleider

Irène Henderickx - mindfulness- en compassietrainer met een jarenlange ervaring in palliatieve zorg bij Pallion.

DATA

8 maandagavonden van 19-22u:
30 januari 2023

6, 13 en 27 februari 2023

6, 13, 20 en 27 maart 2023

LOCATIE

Bezinningscentrum Siloam: stille ruimte
Holsteenweg 17
3520 Zonhoven

PRIJS

€ 300,00 - inclusief oefeningen,
thee & versnapering

INFORMATIE

vorming@pallion.be - 011 81 94 74

Nieuwsgierig?

MEER INFO & INSCHRIJVEN

via: www.npzl.be/nl/vorming

