

MAART
25 - 27
2022

JUNI
10 - 12
2022

WE STAAN DIT WEEKEND STIL BIJ JOUW PERSOONLIJK VERLIES.
HET VERLIES WAT VOOR JOU ALLES VERANDERDE.
HET VERLIES VAN EEN DIERBARE.



Weekend werken met rouw
Op weg naar een nieuw evenwicht

HOE EN WAT

Hoe je omgaat met verlies staat centraal dit weekend. Hoe kun je omgaan met verdriet na het verlies van een dierbare? Hoe neem je afscheid? Hoe rouw je? En hoe kun je weer nieuw evenwicht vinden met jouw verlies? Je leert deze dagen dat ieder rouwproces een uniek proces is.

Je bent bereid en in staat om je persoonlijke ervaring in te brengen en te delen.

Aan de hand van inleidingen, meditaties en interventies word je uitgenodigd om een nieuw evenwicht te vinden in je leven. Een weekend waarin je jouw verhaal deelt in een groep lotgenoten.

Je kunt aansluiten bij een wandeling in de natuur en ervaren wat dat voor jou kan betekenen. In het weekend zullen we ook stilstaan bij het lichaam. Ook zullen er momenten van stilte zijn.

Momenten in de groep en momenten voor jezelf.

EEN WEEKEND WAARIN JIJ DEELT, ERVAART, MOMENTEN VAN STILTE KUNT ERVAREN EN OP ADEM KOMT...

Het weekend wordt verzorgd door twee ervaren begeleiders: Esther Zondag en Elco Fritzsche. Het weekend zal plaatsvinden in het conferentiecentrum Samaya in Werkhoven. Een kleinschalig kloosterhotel gelegen in het hart van Nederland, vlakbij Utrecht, op een groene plek tussen de Betuwe en tegen de Utrechtse Heuvelrug waar het nog echt stil is.

ESTHER ZONDAG

PSYCHOSOCIAAL ROUW- EN VERLIESTHERAPEUT

Als therapeut bied ik ondersteuning en begeleiding bij rouw en verlies vanuit professionele kennis en ervaring. Dit biedt inzicht, houvast en richting in rouw- en afscheidsprocessen in het leven. Mijn specialisatie ligt in het bewust stilstaan bij rouwprocessen en het geven van ruimte aan verdriet in het leven.



Programma

Vrijdagavond: kennismaking en inleiding tot het programma
Zaterdag: een afwisselend programma van therapeutische interventies, rouwrituelen en persoonlijke ruimte om jouw nieuwe evenwicht te vinden
Zondagochtend: het lopen én ervaren van jouw levenslabyrint en afsluiting van het weekend

Data

Vrijdag 25 maart 2022 om 19.00 uur tot zondag 27 maart 13.00 uur
Vrijdag 10 juni 2022 om 19.00 uur tot zondag 12 juni 13.00 uur

Kosten

De kosten voor een weekend bedragen € 520,- op basis van een tweepersoons kamer. Toeslag voor een eenpersoonskamer bedraagt € 60,- per weekend. De prijzen zijn incl. btw en alle overige kosten, tenzij anders vermeld. Wil je graag een eenpersoonskamer houd er dan rekening mee dat bijtijds aan te melden.

Informatie en aanmelding

Voor nadere informatie over het weekend bel of mail met:
Elco Fritzsche: 06-51152160 of info@fritzschecoaching.nl
Esther Zondag: 06-12433223 of info@estherzondag.nl

Aanmelden kan via info@estherzondag.nl



ELCO FRITZSCHE

MASTER COACH, SYSTEMISCH WERKER EN
ROUWCOACH

Vanuit een warm, betrokken en open hart coach ik mensen hun innerlijke kracht opnieuw te ontdekken en de regie over hun leven terug te pakken. Als rouwcoach help ik jou verder na verlies, op weg naar een nieuwe balans in jouw leven met een her-nieuwde levenslust.

TOT SLOT

Voor of na overnachten, diner en/of lunch

Voorafgaand aan of na afloop van jouw deelname aan het programma kan je een- of meerdere nachten verblijven in Samaya. Het is mogelijk om op vrijdag een diner en/of op zondag na afloop een lunch te gebruiken. Neem voor de mogelijkheden en beschikbaarheid vooraf contact op met Samaya.
Telefoon: 0343 552 332 of per email info@samaya.nl

Annulering en annuleringskosten

Wij behouden ons het recht voor om een programma te wijzigen en bij onvoldoende aanmeldingen te annuleren.

Bij annulering door jezelf tot 4 weken voor aanvang brengen wij 50% van het deelnamebedrag in rekening.

Bij annulering binnen 4 weken voor aanvang én bij onderbreking van het programma is het volledige bedrag verschuldigd.

Bij annulering door Samaya of door ons ontvang je het bedrag volledig terug. Annuleren kan enkel per email naar info@estherzondag.nl.



JE LEERT DAT IEDER ROUWPROCES EEN UNIEK PROCES IS...