

Met Marion: Workshop Mindful opvoeden

Doelstelling

Deze workshop is een ontmoetingsplek voor ouders en mede opvoeders die zich (inter)actief willen verdiepen in Mindfulness in relatie tot hun rol als opvoeder. De centrale vraag is: hoe kun je als opvoeder de uitgangspunten van Mindfulness inzetten bij jouw taak/rol als opvoeder. Doen, ervaren staan centraal in deze workshop. Het programma biedt informatie over Mindfulness (wat is het, waar komt het vandaan) en Met Marion worden de uitgangspunten gekoppeld aan opvoeden.

Doelgroep

Ouders en (mede) opvoeders (bijvoorbeeld medewerkers in de kinderopvang of onderwijs) van kinderen. In een groep zitten minimaal 4 deelnemers en maximaal 6 deelnemers.

Gevraagde voorkennis / interesse

De workshop is toegankelijk voor iedere ouder en (mede) opvoeder mits hij/zij de uitgangspunten van Marion onderschrijft (zie www.marionkogelmanbloo.nl). Bij aanmelding stelt Marion (eventueel digitaal) een aantal basisvragen om tijdens de workshop zo goed mogelijk aan te kunnen sluiten bij de vragen van de deelnemers.

Inhoud en werkwijze

Je wordt warm verwelkomd met koffie en thee in 'De Heujmiete', de werkplek op het groene erf van Marion en haar gezin. In deze omgeving is er ruimte, tijd en aandacht voor iedereen. Om rust, stilte en aandacht te krijgen, wordt de workshop op basis van Mindfulness geopend. Na de verdere kennismaking geeft Marion uitleg over Mindfulness (wat is het en waar komt het vandaan) en brengt het vervolgens in samenhang met opvoeden. Zij begeleidt je met oefeningen en heeft meer dan voldoende ervaring om je praktische voorbeelden te laten zien. In dit gedeelte ben je op basis van je eigen ervaring, vragen en leerwensen actief betrokken.

Mogelijkheden na deze workshop:

- een verdiepende vervolgvond met de groep waarmee je deze workshop volgt;
- Met Marion: de 8 weekse cursus Mindful ouderschap;
- Opvoedings-Ontmoeting Met Marion; eigenheid in opvoeden vinden;
- persoonlijke ondersteuning door Marion.

Marion vertelt er graag meer over.

Werkmateriaal

Het werkmateriaal bestaat uit mondelinge en eventueel schriftelijke informatie. Denk aan artikelen, handouts van PowerPointpresentaties, verwijzingen naar literatuur, websites, etc..

Tijdstip - Duur - Data - Locatie

Tijdstip/duur: de workshop omvat een dagdeel van 2,5 uur (19.30 - 22.00 uur of 09.00 - 11.30 uur)

Data 2020: zie www.marionkogelmanbloo.nl

Locatie: De Heujmiete, Linderteseweg 56, 8106 PB Mariënheem

Cursusleiding

Marion Kogelman-Bloo.

Voor meer informatie kijk op www.marionkogelmanbloo.nl.

Certificaat/bewijs van deelname

Aan het einde van de workshop ontvang je van Marion een origineel bewijs van deelname.

Voorwaarden

Op deze workshop zijn de Algemene en aanvullende voorwaarden van toepassing die je kunt downloaden via www.marionkogelmanbloo.nl.

Vragen en informatie

Voor vragen en informatie kun je te allen tijde contact opnemen met Marion via: opvoeden@marionkogelmanbloo.nl of telefonisch via 06-18291938.