

**Column 5-7
over
ontspannen
leven
verzorgd
door Hart en Ziel**



Door Rianne Collignon

Groeien in leren

In september begint het zomergevoel af te nemen en beginnen de scholen weer: een uitstekend tijdstip om zelf ook weer aan de slag te gaan met leren. Groeien kunnen we altijd, ongeacht onze leeftijd en onze levensfase. Iedereen heeft er baat bij als kennis wordt vergroot!

Deze tijd zijn er daarom veel cursussen, workshops en andere activiteiten die weer beginnen, waardoor het interessant is om eens rond te kijken. Tegenwoordig zijn we zelfs zo verwend dat je kan leren vanuit huis, o.a. ook bij mij via Hart en Ziel Educatie (edu.hartenziel-online.nl). Zo kun je op je eigen tempo aan de slag met iets nieuws. Leren is leuk en geeft bijzonder veel voldoening en ontspanning.

Natuurlijk kun je iets nieuws leren, maar het kan ook heel erg de moeite waard zijn om te kijken naar je zwakke plekken. Als je het moeilijk vindt om voor jezelf op te komen, moeite hebt met je gewicht of je leven in balans brengen, dan is het zoeken van een workshop of cursus die daar op aansluit een waardevolle kans op groei. Het is ook geruststellend om te zien dat anderen ook problemen hebben met iets waar jij erg van baalt in jezelf.

Als je dan stappen hebt ondernomen, dan is het belangrijk om ook te vieren dat je groeit. Een positieve kijk op jezelf helpt bij het telkens weer opnieuw aanpakken van dingen. Vier dus je groei door je overwinningen te zien. Die keer dat je eindelijk voor jezelf op kwam, die kilo eraf of die ontspannen dag waar je zo van hebt genoten, die moet je in dankbaarheid vieren.

Hart en Ziel's veranderplan

- Neem nieuwe kennis in je op
- Leer van je zwakke plekken
- Vier je groei

Praktijkagenda

Gratis Inloop avond
13 september 20.00-21.20

Workshop Tarot Archetypes
26 september 20.00-22.00



www.hartenziel-online.nl
Hooikade 13, 2627 AB Delft
06-10521351
(tussen 19.00-20.00)