

Check-up: terugblik & vooruitblik

Voor stellen

Als partners is het een uitdaging om een team te blijven in de hectiek van alledag. Zeker als je allebei werkt en kinderen hebt. Nemen jullie de tijd om af en toe even terug te denken, bijvoorbeeld aan de reden waarom jullie ooit verliefd werden op elkaar? Welke mooie of juist moeilijke momenten hebben jullie het afgelopen jaar gehad? Nemen jullie de tijd om kleine dingen bewust te vieren? Of nemen jullie (zoals veel anderen) daar geen tijd voor? Vliegt de dag, de week, het jaar voorbij voordat je er erg in hebt?

Check-up: terugblik & vooruitblik

Doelgroep

Deze sessie is bedoeld voor stellen die even bewust stil willen staan bij hun relatie. Onder begeleiding van een coach krijgt je relatie een check-up. Samen kijk je terug naar het afgelopen jaar en kun je bewust genieten van de mooie momenten die er zijn geweest. Ook kijk je samen vooruit naar een nieuw jaar: "Wat zien jullie graag gebeuren?"

Elkaar waarderen

Juist in de hectiek van alledag, zoals de zorg voor de kinderen, uitdagingen op het werk, de volle agenda's e.d. is het belangrijk elkaar te blijven vinden en elkaar te blijven vertellen wat je in elkaar waardeert.

Opbrengst

Na afloop van deze check-up:

- Hebben jullie weer en dieper verbinding met elkaar gemaakt;
- Weten jullie wat jezelf, de ander én jullie relatie nodig heeft;
- Spreken jullie bewust zaken naar elkaar uit;
- Is jullie agenda op een prettige manier gevuld met een aantal "momenten om naar uit te kijken" (samen of met het hele gezin);
- Heb je weer oog voor wat jullie leven als stel zo leuk maakt;
- Gaan jullie met frisse energie en een duidelijk doel een nieuw jaar in.

Inschrijven

Schrijf je in voor de Check-up door een e-mail te sturen naar info@cicfamily.nl o.v.v. "Inschrijving Check-up". Je ontvangt dan een bevestiging met locatiegegevens.

Coach

Karin Brugman (1968) – laagdrempelig, humor, liefdevol, zichzelf

In geen enkele situatie zijn we zo kwetsbaar als in relaties tot anderen, zeker als het gaat om onze partner of onze kinderen. Soms cijferen we onszelf weg omwille van de verbinding met de ander, soms staan we juist op onze strepen om de verbinding met onszelf niet te verliezen. Binnen CIC Family help ik stellen hun relatie benutten om te groeien. ☎ + 31 6 19 19 50 08

Datum

Op afspraak

Praktisch

Een sessie van 3 uur en in overleg aansluitend een lunch of diner met je partner.



Locatie

Fort Vijfhuizen
Fortwachter 1 –
Vijfhuizen

Investering

€595,- incl. BTW