



# WORKSHOP POSITIEVE GEZONDHEID

## Maximaal Gezond Nieuwegein



Waar kom jij je bed voor uit? Waar word je blij van? Wat vind je belangrijk? Positieve gezondheid gaat over veerkracht, eigen keuzes maken en zingeving.

Je leert in deze workshop anders te kijken naar- en om te gaan met uitdagingen in je leven. Waar liggen je kansen en mogelijkheden? Om zo meer veerkracht, energie en verbondenheid te ervaren.

**Workshop op dinsdag 27 juni. Van 10 tot 12 uur,  
inloop vanaf 9:45 met koffie en thee.**

### Wat gaan we doen?

Hoe kun je anders/ breder kijken naar gezondheid? Wat is het spinnenweb van Positieve gezondheid? Hoe kun je zelf aan de slag met de uitdagingen van het leven?

Dit alles onder leiding van Gea van Andel, projectleider Maximaal gezond Nieuwegein, trainer Positieve gezondheid. Een workshop duurt een ochtend.

Aanmelden kan tot één week voorafgaand aan de workshop.

Mail [gea@balans-motivatie.nl](mailto:gea@balans-motivatie.nl) of via whatsapp 06 - 13 48 66 60.

Inwoners die eerder een workshop volgden geven aan:

- *deze workshop geeft me praktische handvatten*
- *meer richten op wat belangrijk is*
- *een cadeautje voor jezelf*



Locatie: Op het buurtplein Batau  
Dukatenburg 1, Nieuwegein