



**Datum:** Woensdag 15 november 2017  
**Locatie:** NBC Congrescentrum, Blokhoeve 1, 3438 LC Nieuwegein  
**Tijden:** 09.00 - 17.15 uur  
*Inloop vanaf 08.30 uur*

## **CONGRES ZORG IN BALANS**

### **WORKSHOP OVERZICHT**

Hier vind je een overzicht van de verschillende workshop topics en informatie over de trainers die deze interactieve verdiepingssessies leiden. Circa twee weken voor aanvang van het congres ontvang je een e-mail waarin je jouw persoonlijke workshop voorkeur door kunt geven.

**1. Mindful aan het werk**

*Door Chris Grijns – Coach @Mindfulwerken.nl*

**2. Breinzaken: ervaar de werking van het brein onder stress of spanning**

*Door Else Dahmen – Neuropsycholoog & Eigenaar @BrainSpa*

**3. Rebalancing workshop: luisteren naar het lichaam**

*Door Christine Dijkstra – Trainer/Coach @Simmerblau*

**4. Lichamelijk en geestelijk in balans: de kracht van Yoga**

*Door Leen Kanis – Trainer @IntuYoga*

**5. De Zorgzame Organisatie**

*Door Ruud Sensen – Directeur/Eigenaar @Toproc*

**6. De kunst van zelfreflectie: zelfkennis als basis voor prettig werken**

*Verdere informatie volgt spoedig*

