

MINDFOCUS WORKSHOP**7 MINDFULNESS PRINCIPES VOOR OP HET WERK
THINKING AND ACTING OUT OF THE BOX****Halve dag 30 november 2010 - Gent**1

Tijdens een MINDFOCUS training ontwikkelen de deelnemers mildheid en innerlijke rust. Ze staan krachtiger in het leven en leren om bewuste keuzes te maken. Ze kunnen beter omgaan met deadlines en hanteren een constructieve communicatie met klanten en collega's.

Tijdens deze workshop kijken we naar de **7 KERNPUNTEN VAN MINDFOCUS** - Mindfulness en focus op het werk.

VOOR WIE IS DEZE DAG ?

Deze workshop richt zich naar iedereen die meer wil leren over hoe je Mindfulness toepast in je dagelijkse leven en op de werkplek.

Het is een opfrissing voor wie vroeger reeds een MINDFOCUS training volgde. Echter kan men ook deelnemen aan deze workshop zonder voorkennis van MINDFOCUS of Mindfulness.

BEGELEIDING

Dr. David Dewulf



PLAATS

Nieuwgoed Seminariecentrum - Grotesteenweg Zuid 8 - 9052 Gent

BIJDRAGE

Inschrijvingsprijs : € 190,00 per persoon
Voor wie reeds een MINDFOCUS training volgde: € 150,00 per persoon

Betaling kan met opleidingscheques of KMO portefeuille.

Parking, koffie en thee zijn inclusief.

Deze prijs is inclusief een dubbel CD met oefeningen en inclusief het nieuwe boek van D. Dewulf **THINKING AND ACTING OUT OF THE BOX. 7 Mindfulness principes voor op het werk.**

AANKOMST

Men wordt verwacht vanaf 14:30 u voor registratie, thee en koffie.
Er wordt stipt gestart om **15.00 u.** (gelieve minstens 15 min. vooraf aanwezig te zijn)

Iedereen blijft de hele dag in het Rustpunt zelf.
De dag duurt tot ongeveer **19.00 u.**

2

INSCHRIJVEN

U kunt zich aanmelden voor deze dag via de link 'inschrijven'. (www.aandacht.be, link 1-8 dagen)

ANNULATIE

- Tot 4 weken voor de start van de training of activiteit kunt u uw inschrijving kosteloos annuleren.
- In geval van annulering tussen 4 en 2 weken voor de aanvang, rekenen we een annuleringsvergoeding aan van 15%.
- Bij annulering tussen 2 weken en 2 dagen voor de start, bedraagt de vergoeding 30%.
- Bij annulering in de 2 laatste dagen bent u ons het volledige bedrag sowieso verschuldigd en is er dus geen terugbetaling mogelijk.
- *U kunt zich wel te allen tijde laten vervangen door een andere persoon, indien ons dit vóór aanvang van de opleiding wordt gemeld en deze persoon naar oordeel van de trainer aan de aanmeldingscriteria voldoet. Aan een dergelijke vervanging zijn geen kosten verbonden.*



Instituut voor Aandacht & Mindfulness

MEER INFO

Voor verdere vragen, mail a@aandacht.be
Secretariaat Mindfulness : 0494/94 60 60 of 09/328 60 90

Voor definitieve data en onderwerpen
gelieve steeds **www.aandacht.be** te raadplegen.
Data kunnen wijzigen.