De kracht van ons hart - interactieve lezing

Ontmoet!

Zondag 13 oktober 2024 van 14:00 tot 16:30 uur
Over 6 dagen

Louis Bouwmeesterstraat 214
Amsterdam, Nederland

Psycholoog en psychosyntheticus Bianca Vugts over zorg, verbondenheid en liefde in de praktijk.

Wat doe je als de fles ketchup door de lucht vliegt aan de eettafel? Hoe bereik je vrede in je eigen omgeving? Hoe breng je jezelf en anderen tot rust in stresssituaties? En kun je de groep waarin je werkt positief beïnvloeden? Bianca Vugts komt tot verrassende antwoorden in deze interactieve lezing waar ze in gesprek gaat met het publiek. Ze geeft veel praktijkvoorbeelden o.a. uit de zorg en opvoeding en legt uit hoe we ons hart en onze liefde bewust kunnen inzetten.

Bianca coacht zorgprofessionals in het werken vanuit hun hart en hun ziel. Daarbij gebruikt ze onder andere het principe van hartcoherentie: de samenwerking tussen hoofd, hart en lichaam. Met metingen maakt ze hartritmepatronen inzichtelijk en dat helpt om tot lichamelijk herstel en zingeving te komen. Ze laat zien hoe liefde en compassie, net als boosheid en stress, meteen te zien zijn in ons hartritme. En positieve emoties zijn niet alleen heilzaam voor ons eigen lichaam. Ze hebben ook een effect op de mensen om ons heen. Liefde als een actief werkzame kracht wordt deze middag concreet in beeld gebracht.

Aan het einde van de lezing reflecteert Bert Wiegman, kindercardioloog en oud-voorganger Apostolisch Genootschap, op Bianca's verhaal.

Aanmelden
Stuur een e-mail naar slotervaart@kpnmail.nl o.v.v. 'lezing 13 oktober' en vermeld met hoeveel personen je komt. Wij zorgen voor koffie en thee.

Kosten
Na afloop kun je een vrijwillige bijdrage doen

Bereikbaarheid
Kom als het kan met het ov. De locatie is bereikbaar met metro 50/51 en tram 2, uitstappen bij halte Heemstedestraat. Mocht je toch met de auto komen: parkeren is op zondag gratis.

De lezing wordt georganiseerd door het Apostolisch Genootschap Slotervaart. Het Apostolisch Genootschap biedt ontmoetingsplaatsen waar mensen zich samen verdiepen in levensvragen, elkaar inspireren tot bewust en liefdevol leven en elkaar nabij zijn. Zo wil het genootschap bijdragen aan een duurzame wereld waar mensen waarden als compassie, solidariteit en duurzaamheid in de praktijk brengen. Zie ook www.apgen.nl.

Ga voor meer informatie naar
westersite.nl/agenda

De kracht van ons hart -...
13-10-2024 / 14:00 - 16:30
Louis Bouwmeesterstraat 2...