



qrios
Passionately curious

campus VSPW
volwassenenonderwijs



Gespreksavond
Wat mindfulness
niet is ...
en wat dan wel.

Blijde Inkomststraat 36
3500 Hasselt
+32 11 25 49 75
vspw@qrios.be
www.qrios.be



Gespreksavond

Wat mindfulness niet is ... en wat dan wel.

Op een VSPW-gespreksavond ontmoeten opleiding en werkveld elkaar. We maken er een vormings- én ontmoetingsmoment van voor geïnteresseerden uit het sociaal-agogisch werkveld, onze leerkrachten en cursisten.

Inhoud

Het begon met passie. Het begon met 'Leven in de Maalstroom'. Het begon met mensen die in hun meditatiepraktijk een manier gevonden hadden om met pijn om te gaan, met verdriet, met ziekte, met al die dingen die het leven ons ongevraagd brengt. Het begon met het verlangen om dit te delen en toegankelijk te maken voor mensen die er misschien nog meer behoefte aan hadden. Het begon met het gevoel dat we anders het beste voor onszelf zouden houden. Het kreeg de naam mindfulness. De eerste jaren moesten we moeite doen om uit te leggen wat mindfulness is. Toen kwam de hype. Die leidde tot misverstanden en valse verwachting. De laatste jaren moeten we dan ook vooral moeite doen om uit te leggen wat mindfulness niet is...

Edel Maex, psychiater en mindfulness-trainer, verbonden aan de stresskliniek van ZNA, neemt ons mee in dit verhaal.

Praktisch

Datum

Donderdag 01 maart 2018

19:00 | Welkom
19:30 | Introductie, gespreksavond,
nabespreking
21:30 | Ontmoeting bij een drankje

Doelgroep

Alle geïnteresseerden uit het sociaal-agogisch werkveld.

Locatie

Cafeteria Campus VSPW
Blijde Inkomststraat 36
3500 Hasselt

Inschrijven

Deelname is gratis.
Vooraf wel je komst laten weten via
bijscholingvspw@qrios.be



qrios
Passionately curious

campus VSPW
volwassenenonderwijs

Blijde Inkomststraat 36
3500 Hasselt
+32 11 25 49 75
vspw@qrios.be
www.qrios.be