

## **Nieuw leven in je relatie? Doe een Relatie-APK.**

**Hoe zit het met jullie relatie? Tevreden, maar soms merk je toch terugkerende irritaties of ingesleten patronen die je graag anders zou zien? Dan is een relatie-APK misschien iets voor jullie. Deze workshop, waarin je je band nieuw leven kunt inblazen, wordt in maart en april gegeven in Bruchem.**

Je houdt van elkaar en vindt een duurzame relatie belangrijk. Maar ongemerkt is toch de glans er een beetje van afgeraakt. Het is ook niet altijd makkelijk om je behoeften en verlangens aan te geven, of om te ontvangen. Misschien mis je de humor of vreugde die er eerder wel was. En zou je best wat handvatten kunnen gebruiken om je relatie opnieuw naar een hoger niveau te tillen.

Hiervoor kun je in maart en april een workshop Relatie-APK volgen. Deze is geen relatietherapie, maar laat je wel meer bewust worden van elkaars kwaliteiten, behoeften en verlangens. De avonden worden ingevuld met oefeningen, spel, beweging, theorie, meditatie en uitwisseling. Elke bijeenkomst kent een thema met verschillende invalshoeken. Aan bod komen: kennismaking, ook met jezelf, je relatie en verwachtingen, de communicatie en de verbinding. Ter afsluiting van de workshop maken jullie je intenties concreet.

Aan de avonden kunnen maximaal vier stellen meedoen. Je begeleiders zijn Ruud Jansen en Esther van der Aa, die beiden ruime ervaring hebben in training, coaching en mediation. Zij zorgen voor een veilige, respectvolle en betrokken sfeer, waarin je samen met andere paren je relatie kunt onderzoeken.

Dit voorjaar is een blok gepland op;  
15 en 29 maart  
en 12 en 26 april in Bruchem (gemeente Zaltbommel)

Voor vragen, meer informatie en aanmeldingen:

Ruud Jansen 0628771995/ [ruud@injezelf.nl](mailto:ruud@injezelf.nl)  
Esther van der Aa 0642247619/ [esther@consensa.nl](mailto:esther@consensa.nl)