



## Mindfulness Community

Online Studiegroep voor Mindfulnessstrainers

### Online trainen in mindfulness & compassie

#### Webinar

In de huidige coronapandemie wordt er veel van ons mindfulnessstrainers gevraagd. Van het steeds opnieuw aanpassen van onze trainingsagenda tot het nauwkeurig afstemmen op de behoeften die er leven bij onze deelnemers in crisistijd en bij onszelf als trainer. Maar ook wellicht bij het maken van een stap uit je comfortzone, door het aanbieden van een online mindfulness- of compassietraining. Wat doe je wel en wat niet? En als je de stap maakt naar online, hoe doe je dit dan? Wat is hiervoor nodig? En hoe houd je de moed erin voor je onderneming? Hoe blijf je als bedrijf veerkrachtig in de nu snel veranderende omstandigheden? Een webinar over een thema wat ons als collega's verbindt. Maryvonne vertelt erover, we wisselen uit, doen een meditatie en sluiten af met een Q&A.

#### Begeleiding

Maryvonne Verkerke is een ervaren mindfulnessstrainer MBSR voor volwassenen, jongeren en kinderen, (zelf)compassietrainer MBCL, mindful parenting trainer en ACT coach, verbonden aan haar bedrijf Instituut voor Mindfulness, De Mindfulnessschool en het Centrum Integratieve Geneeskunde. Ze is student vipassana en boeddhistische psychologie. Ook is ze supervisor aan de opleiding tot compassietrainer MBCL en online meditatiebegeleider bij 30NOW.

#### Datum en tijd

Woensdag 31 maart 2021 van 19.30-21.00 uur.

#### Deelname

De Zoomlink ontvang je na aanmelding in je mailbox, op de dag van de webinar. Deelname vereist een goede internetverbinding en een geschikt verbindingssysteem.

#### Kosten

De kosten zijn € 15 voor een webinar.

#### Aanmelden

Aanmelden kan via het contactformulier ['Aanmelden Online Studiegroep'](#) op de website.