



Café
Gaudi



STEMKRACHT met Joop van der Kooij een (op zich staand) vervolg op de vorige keer.

Woensdag 1 juli 2015

Aanvang: 20.00-22.30 uur. Zaal open: 19.30 uur

Entrée: 10 Euro incl. koffie, thee, water

Locatie: Wijkcentrum Spieghelwijk, Iepenlaan 354 A, 1406
RG Bussum (tegenover Iepenlaan nr. 119) bij "Zandzee".

We worden allemaal geboren met een eigen stem. Omdat we van jongs af aan rekening leren houden met anderen passen we ook onze stem aan. Sommigen houden zich in, praten zacht, binnens-monds. Zij worden niet (genoeg) gehoord en bereiken vaak niet wat ze willen. Anderen versterken hun stem, gaan over de top. Zo zijn er veel vervormingen. Goed spreken is een levensbehoefte. In de communicatie met de ander is het van belang om gehoord en begrepen te worden. Ook zijn veel van ons niet tevreden met onze zangstem en remmen daarmee onze expressie, stoppen met zingen. Zo jammer, want zingen kan het leven rijk en feestelijk maken! Bovendien kan het een geweldige uitlaatklep zijn.

Gelukkig kan de natuurlijke stem weer terug gevonden worden en zó gaan klinken dat je er blij mee bent. Met Stemkracht kunnen we weer los komen van wat ons beperkt. Hoe meer we de stem uit ons hele lichaam kunnen laten komen des te meer zijn we in staat om blokkades los te trillen en contact te krijgen met de eigenheid, vitaliteit en expressiviteit van onze stem. Het bevordert onze algehele ontwikkeling. STEMKRACHT is een holistische methode; alle facetten van het menselijk bestaan zijn op een natuurlijke manier ingebakken. Vocale elementen worden gedragen door non-vocale elementen zoals ontspanning, ademhaling en lichaamsbewustzijn. Deze avond kunnen we dit ervaren en zo een indruk krijgen van wat mogelijk is. Er zijn geen voorwaarden wat betreft muzikaliteit of wat dan ook. Iedereen is welkom.



In iedere workshop worden speciale accenten gelegd, zo ook dit keer. Met name zal de verbinding van de stem met energiepunten ervaren kunnen worden. Ook dat we onze stem kunnen laten stromen.

Joop van der Kooij: gecertificeerd Stembevrijder, orthopedagoog, trainer Emotioneel Lichaamswerk (ELW)®, Psychosynthese gids, Core-energetisch therapeut en practitioner NLP. Mijn hele leven heb ik gewerkt in onderwijs, begeleiding/coaching en opleiding. De laatste 15 jaar vooral als trainer van groepen en psychotherapeut in een eigen praktijk. Lid van de beroepsvereniging SBLP, aansluiting bij klacht- en tuchtrecht. www.de-cirkels.nl en <http://joopvdkooij.nl/Joop/Home.html> tel.: 035 6912333.

Aanmelding - Zend svp een mail naar monshouwer@xmsnet.nl, dan is de aanmelding genoteerd. In de zaal kunt u betalen.
Graag tot ziens. Hartelijke groet,

Janneke Monshouwer
initiatiefneemster.

Janneke Monshouwer



Stichting Viva Pachamama – Anne Franklaan 272 – NL 1403 HX Bussum – K 32094013
☎ +31(0)35-6281805 – ✉ monshouwer@xmsnet.nl – www.cafegaudi.nl – www.andernieuws.eu
Triodos Bank IBAN NL58 TRIO 0786 7347 60 t.n.v. Janneke Monshouwer