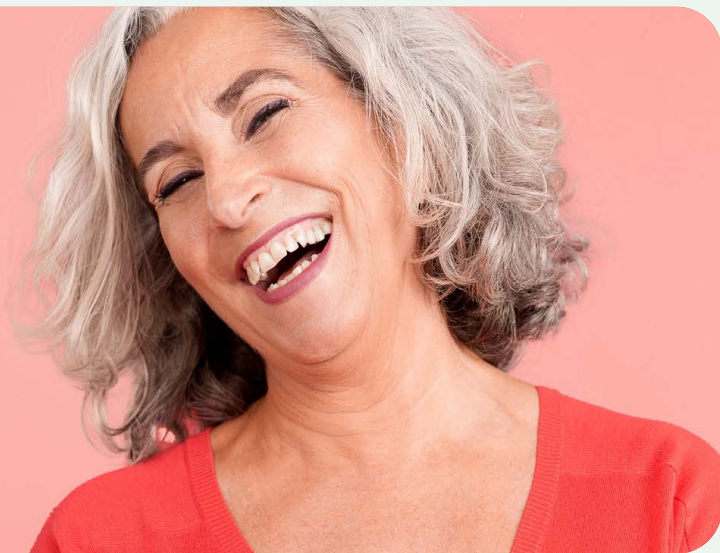


## De overgang

Een online programma van vijf weken voor vrouwen die betekenis en richting willen geven aan deze levensfase.



### De overgang als betekenisvolle levensfase

De overgang is meer dan lichamelijke veranderingen. Het is een periode die vragen oproept, perspectieven verschuift en uitnodigt tot reflectie. In dit programma onderzoek je samen met andere vrouwen wat deze fase voor j ou betekent.

### Aan de slag met verhalen

Elke bijeenkomst opent met een verhaal uit de natuur, kunst, literatuur of spirituele tradities. Deze verhalen openen de existentiële laag: de bewegingen, vragen en mogelijkheden die in deze levensfase zichtbaar worden.

### Samen onderzoeken

Door te delen  n te luisteren ontstaat een rijker beeld van deze levensfase. Je hoeft niets voor te bereiden; jouw aanwezigheid is genoeg. De sessies worden begeleid door een ervaren life counselor die een veilige, open ruimte creëert.

### Vijf thema's die richting geven

In vijf weken verken je verschillende perspectieven op deze overgangstijd:

- **Innerlijk kompas**  
Stilstaan bij wat jou van binnenuit richting geeft, voorbij verwachtingen en oude patronen.
- **Werk & overgang**  
Onderzoeken hoe deze levensfase doorwerkt in je professionele leven, keuzes en grenzen.
- **In verbinding met je lijf**  
Luisteren naar wat je lichaam vertelt, en hoe je daarin zachtheid en draagkracht vindt.
- **Archetypen & rolmodellen**  
Ontdekken welke beelden, verhalen en vrouwen jou inspireren in deze fase van transformatie.
- **Overgang & bevrijding**  
Verkennen welke ruimte er ontstaat wanneer oude rollen verschuiven en nieuwe mogelijkheden zichtbaar worden.

Voor iedereen  
die op verhaal  
wil komen.

iMindlife

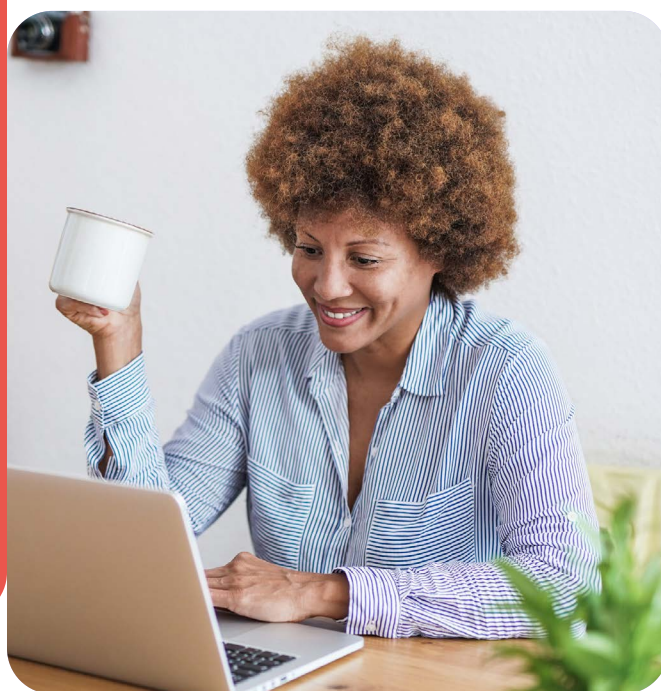


## Wat brengt het je?

Geen stappenplan, maar wél ruimte voor:

- ✓ Rust en mildheid
- ✓ Herkenning en verbondenheid
- ✓ Nieuwe perspectieven
- ✓ Een sterker innerlijk kompas
- ✓ Richting in deze levensfase

Veel vrouwen ervaren dat betekenisvolle reflectie meer helderheid en veerkracht geeft dan focussen op klachten.



## Onze aanpak draait helemaal om jou



### Kennismaken

We ontmoeten elkaar online en nemen rustig de tijd om elkaar te leren kennen.



### Gesprekken

We komen vijf weken lang op vaste momenten online samen in een kleine groep.



### Thema's

We verkennen het levensthema waarvoor jij je hebt aangemeld binnen *Verhalen Verbinden*.



### Houvast vinden

We staan stil bij wat er speelt en helpen je stap voor stap meer houvast te vinden.



### Verbinden

We creëren verbinding door verhalen te delen, herkenning te vinden en betekenis te geven.

## Voor wie is het bedoeld?

Voor vrouwen die willen stilstaan bij wat deze levensfase hen wil vertellen, en die op zoek zijn naar inspiratie, inzicht en nieuwe richting. Het programma sluit goed aan bij thema's als vitaliteit, duurzame inzetbaarheid en persoonlijke ontwikkeling.

## Aanmelden

Voor meer praktische informatie over dit programma en om je aan te melden, kun je terecht op [iMindlife.nl](https://www.imindlife.nl). De prijs voor dit programma is € 295. Wil je eerst even overleggen? Dan denken we graag met je mee via 030 – 303 64 03 of [info@imindlife.nl](mailto:info@imindlife.nl).

# iMindlife