

## **Thema-avonden 'Vrede met jezelf'**

**Lokatie: Foreestenhuis (Grote Oost 43, Hoorn)**

**Datum: 7 oktober, begin november en december**

**Tijd: 19.00-21.30 u**

Ben jij tevreden met wat je hebt? Wat je kunt? En wie je bent? Of heb je ook vaak het gevoel dat je het druk hebt, maar nog meer zou moeten doen of meemaken, dat je meer uit het leven zou moeten halen?

Tijdens de avonden eten we samen en gaan we met elkaar in gesprek om te ontdekken wat het betekent om vrede te hebben met onszelf, en hoe we dit in ons drukke leven vorm kunnen geven.

De onderwerpen die aan de orde komen:

1. Niets doen: Niets is maar niets, of is nietsdoen ook zinvol? En hoe kunnen we nietsdoen vormgeven in ons volle bestaan?
2. Jezelf zijn: Ben je extravert of introvert, en daar wel of niet tevreden mee? Hoe belangrijk is het om jezelf te presenteren als slim, leuk en aantrekkelijk?
3. Keuzestress: De keuzemogelijkheden zijn eindeloos en de verwachtingen (van jezelf en anderen) zijn groot. Dat geeft stress. Kan het ook anders?

Voor meer informatie en opgave kun je contact opnemen met Teuntje de Glee ([teuntjedeglee@hotmail.com](mailto:teuntjedeglee@hotmail.com), 06 5049 1621) of Bert Dicou (0299 437 509). Je mag ook na het eten aanschuiven. De avonden zijn los te bezoeken.

Deze activiteit is onderdeel van Peace of Me Hoorn. Een initiatief voor 20-30ers die geïnteresseerd zijn in zingeving, zinvolle activiteiten of die gewoon nieuwe mensen willen leren kennen. Je kunt ons volgen op facebook (Peace of me Hoorn), twitter ([peaceofmehoorn](https://twitter.com/peaceofmehoorn)) of op [www.foreestenhuis.nl](http://www.foreestenhuis.nl).