

TRE®,

HARTCOHERENTIE,

STRESSREDUCTIE &

RELAXATIETECHNIEKEN

# RELAXLAB NIEUWS

Hallo,

**De Lente nieuwsbrief is er!**



## Ontspanning!

Dit voorjaar zal ik op 3 maandagavonden weer zorgen voor een ontspanningsmoment; telkens van 19u30 tot 21u, je kan je per beurt inschrijven; meer op de volgende pagina.

Mijn vorming rond **'Stress & emoties in het verkeer'** werd door Mobiliteit Openbare Werken Vlaanderen goedgekeurd en ik mag mijn werk ook dit jaar weer in bijna alle Vlaamse provincies gaan brengen in **erkende rijsscholen**.

Een workshop of training rond stress-reductie technieken **kan ik ook voor jouw bedrijf, vereniging, school of organisatie! Dat kan helemaal op maat, contacteer me even om er samen over te praten voor jouw werkplek.**

Ik deed al opdrachten voor o.a. GBS De Leertuin Meise, de therapeuten van zorgboerderij huppeldepup vzw, voor Ready2Improve bij de Claes Retail Group (Mayerline-CKS-JBC), Prime Performance, Odisee Hogeschool, Rijsschool Traffix, Overkop Vilvoorde, Entry Point North Belgium (joint venture met skeyes), TD Synnex, en veel meer, in NL/FR/EN.

Ik blijf ook vaste **TRE® Provider** en **hartcoherentie** coach binnen **Huis MIO te Londerzeel** op dinsdag. Je vindt me daar op de website van [www.huismio.be](http://www.huismio.be).

In januari '24 startte ik een **bijkomende 2-jarige opleiding Therapeutisch Coachen**, coachen waar voldoende draagkracht is, therapeutisch werken waar nodig.

Blijf je graag verder op de hoogte van het aanbod, dan kan je ook onderaan de home pagina van mijn website [www.relaxlab.be](http://www.relaxlab.be) inschrijven op de nieuwsbrief.

*Laat de lente je een nieuw perspectief bieden op licht, warmte, en nieuwe kansen, groei en voldoening!*

## Over Kim

2024-2026 Therapeutisch Coach i.o.

2023 - TRE® Provider, Dialoog Plus

2021 - Hartcoherentie Coach kinderen

2020 - Hartcoherentie Coach, Louis Van Nieuland, De Onderstroom

2018 - Mindfulness Coach, CVA en teachings of Siddhartha

2014 - heden : Tai Chi Family Belgium



KIM DEMEYERE



WWW.RELAXLAB.BE

Info & inschrijven:

[kim@relaxlab.be](mailto:kim@relaxlab.be)

+32495245926



## Ontspanning op maandagavonden! Bepaalde data!



KIM DEMEYERE



Kom jezelf op maandagavond opladen voor de nieuwe week die start:  
Een combinatie van mindfulness, rustige bewegingen geïnspireerd op Tai Chi, hartcoherentie en relaxatie, gronden en ademwerk. Anderhalf uur voor jezelf zorgen en je zenuwstelsel tot rust brengen of ontspannen...

Toegankelijk voor iedereen, 16 - 101 jaar, lenig of niet, op de mat of op een stoel

Maandagavond in De Camme, 1820 Perk, zaal 1e verdiep, telkens 19u30-21u (opgelet : er is geen lift!)

Losse les 16€

### Deze sessies gaan enkel door op deze maandagen :

29/4 - 13/5 - 27/5

Vooraf inschrijven noodzakelijk via [kimerelaxlab.be](http://kimerelaxlab.be) of sms 0495/24 59 26 zodat ik je plekje vrijhou

### Wat breng je mee?

Draag comfortabele losse kleding, breng warme sokken mee, eventueel een flesje water, een matje of deken, schrijfgierief.

Je hebt geen enkele voorkennis nodig, kom met open geest en verwelkom de ervaring.

### Over Kim

2024-2026 Therapeutisch Coach i.o.

2023 - TRE® Provider, Dialoog Plus

2021 - Hartcoherentie Coach kinderen

2020 - Hartcoherentie Coach, Louis Van Nieuland, De Onderstroom

2018 - Mindfulness Coach, CVA en teachings of Siddhartha

2014 - heden : Tai Chi Family Belgium

