



Aanraken en Loslaten,  
Elk Moment Fris



[www.akker aandachttraining.nl](http://www.akker aandachttraining.nl)



# Akker

praktijk voor fundamentele gezondheid

- 8 weekse basistraining Mindfulness voor stresshantering
- vervolgtrainingen - Omgaan met verandering, flexibiliseren en vitaliseren
- cursussen Levenskunst en Mindful Eten
- lifecoach gericht op zingeving
- op mindfulness gebaseerd therapie aanbod

Drs. Lisette van Ardenne,  
Psycholoog, Humanisticus

Drs. Marianne Bots,  
GZ psycholoog