** **

**Relatieweekend 10 – 11 - 12 maart 2023 met de steun van:**

**Voor koppels die het al wat rustiger aan doen,
de 50 gepasseerd zijn,
hun relatie belangrijk vinden.**

***‘Zorg dragen voor elkaar***

***en voor onze dichte en ruimere omgeving’***

*‘Zorg kunnen dragen en zorgzaamheid kunnen ervaren: het doet mensen leven’ (Eddy Van Tilt)*

*Voor wie zorg jij? Voor wie zorgen wij?*

*Voor wie kunnen we niet zorgen? Voor wie zouden we willen zorgen en kan dit niet?*

*Voor wie kost zorgen moeite?*

*Hoe ervaar jij het zorgen? Is dat een last? Of iets waar je ‘rijker’ van wordt?*

*Wat mag niet worden vergeten in de zorg om de (klein)kinderen en/of ouders?*

*Hoe beïnvloedt dat jullie relatie?*

*Hoe zit het met onze zelfzorg? De zorg om onze relatie? Onze zorg voor elkaar, als koppel?*

*Wat als mijn partner zorg nodig heeft? Wat als ik zorg nodig heb?*

*Is zorgen vooral een last, of iets waar je rijker van kunt worden?*

*Wat betekent het kunnen (moeten) zorgen voor iemand, voor jezelf, én voor jullie relatie?*

*Zorgen voor: waarom? Hoe ga je ermee om? Wat inspireert jou in het opnemen van zorg?*

* ****Vrijdagavond** maken we kennis met het thema en met elkaar. We brengen ‘onze zorg’ in kaart.
* **Zaterdagmorgen** luisteren we een getuigenis van Rita &

Pascal, en een getuigenis van Mieke & Gert. Daarna verdiepen we ons verder in ‘de zorg’ via videofragmenten met o.a. Brené Brown ('De kracht van kwetsbaarheid' en 'De moed van imperfectie'), Edith Eger (boeken: De Keuze, Het Geschenk), Dirk De Wachter (boek: VerTROOSTingen), en gaan we in gesprek

* **Zaterdagnamiddag** is er tijd voor persoonlijk werk en voor koppelwerk.
* Een stevige wandeling mag uiteraard niet ontbreken.
* Op **zaterdagavond** voorzien we een leuke ontspanning.
* We sluiten op **zondag** af met een fijne viering.

*Van vrijdag 10 maart om 20u…*

*tot zondag 12 maart 2023 na het middagmaal.*

Het weekend vindt plaats in:

**Jeugdherberg "Die Loyale"**

**Gentsesteenweg 124**

**te Maldegem**

https://www.jeugdherbergen.be/nl/maldegem

**Wil je graag meer info,**

**dan kan je contact nemen met:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Pascal Barbé &Rita Vanderheyden | Dorpslaan 14 - 1501 Buizingen | 0475/21 04 62pascal.barbe@telenet.be |
| Rita Robberechts &Fons De Potter | De Heide 68 - 1785 Merchtem | 0473/66 08 37 robberechts.rita@telenet.be |
| Gert De Block &Mieke Mertens |  Bosdreef 11 - 9255 Buggenhout | 052/ 34 15 68Mieke-mertens@hotmail.com |

**Dit is de wegbeschrijving:**

Als je van Oostende komt richting Gent, via de E40 neem je afslag Beernem
Als je van Gent komt richting Oostende, via de E40 neem je afslag Aalter

**Of gebruik je GPS, Wace of Google maps: Gentsesteenweg 124, Maldegem**

**Mee te brengen:**

* Wandelschoenen en –kledij
* GEEN Lakens (ze zijn inbegrepen in de prijs), WEL handdoeken.

 NB : (bad)handdoeken kunnen gehuurd worden aan 1,5 EUR per stuk.

* Zaklamp

**Deelname in de kosten:**

* Volwassenen: 125 EUR per persoon (250 EUR/koppel)
* (bad)handdoeken : 1,5 EUR per stuk, indien gewenst, bij inschrijving melden.

**Onze (nood) gsm op het weekend is: 0473/66 08 37 van Rita Robberechts**

**INSCHRIJVEN…**

****

**Inschrijving per e-mail naar:** pascal.barbe@telenet.be

***of per post*** *naar Pascal Barbé - Dorpslaan 14 -1501 Buizingen.*

*Familie : …………………………………………..*

Gaan mee : ............................................ geboortedatum ..................................
 ............................................ geboortedatum ..................................

*Adres : …………………………………………………………………………………………………………….*

Telefoon : …………………………… email : ………………………………………………………………

Wij bestellen **vegetarisch eten** voor …… (aantal) perso(o)n(en).

2 x 125 EUR: 250 EUR

… x (bad)handdoek : …… EUR

 **TOTAAL : ……… EUR**

Bedankt om dit bedrag over te schrijven op rek**. BE55-7775-9698-3344** van Kwb-Femma met vermelding “**Relatieweekend 10-11-12 maart 2023**”, uiterlijk **tegen 5 februari 2023.**