**Workshop**

**SoulCollage®**

SoulCollage® is een creatieve en intuïtieve manier om uit je hoofd te gaan en datgene wat in je binnenste verborgen of ondergesneeuwd is, een helpende hand te reiken om zich te tonen.

Je zoekt op gevoel afbeeldingen en kleeft die op een kleine kaart. Dit is op zich al een stil en meditatief gebeuren. Nadien laat je de kaart spreken via een aantal vragen. Als gecertificeerd facilitator begeleid ik je bij het proces van het lezen van zo’n kaart.

Hierdoor zak je uit je hoofd en maak je makkelijk contact met je innerlijke weten, waardoor je gepieker stopt, je terug contact maakt met je intuïtie en je een gevoel van herkenning opdoet.

Heel het proces van ‘in de kaart stappen’ zorgt ervoor dat je jezelf leert ontdekken, dat je je angsten, je verdriet, je geluk laat spreken en je het een plaats kan geven.

Je creëert zo kaarten die je steeds kunnen helpen om inzichten in jezelf te verwerven, juist doordat het je denken uitschakelt en je innerlijk weten aanboort. Het zijn jouw persoonlijke inzichtskaarten. Je bent het zelf, die spreekt vanuit de kaart!

SoulCollage® werkt voor iedereen, je hebt geen supercreatieve talenten nodig. Het maken van kaarten in groep en het delen van je inzichten met de andere deelnemers is van grote toegevoegde waarde. Je herkent je immers ook in de verhalen van anderen wat helend werkt en vertrouwen geeft.

Begeleiding door Germaine op ’t Roodt van Food4Soul ([www.food4soul.be](http://www.food4soul.be))

Meebrengen: een mooi schriftje en schrijfgerief

