

## Vrouwen, overgang en transformatie

*I think midlife is when the universe gently places her hands upon your shoulders, pulls you close, and whispers in your ear: I'm not screwing around. It's time.*

(Brené Brown)

De wereld is veranderd. Ouder worden is niet langer een eindstation, maar het begin van een interessante nieuwe levensfase. Hoe creëren we nieuwe betekenis en nieuwe levensvormen, waarbij oudere vrouwen hun natuurlijke plaats krijgen en innemen?

Je vraagt je misschien af: ouder worden in deze snel veranderende wereld, hoe doe ik dat?

De overgang kan immers een intense periode zijn, omdat er zoveel tegelijkertijd verandert; je lichaam, je seksualiteit, je mentale vermogens, je levensdoel, je relatie met je werk, met je partner, je kinderen, je ouders en je vrienden. Je plaats in de orde is opgeschoven en ook het levenseinde voelt plotseling dichterbij en lijkt niet meer onvoorstelbaar.



Het kan een fase zijn van waarachtige transformaties en de transitie naar volgende ontwikkelingsstadia.



Tijdens de begeleiding kun je bewust stil staan bij vragen ten aanzien van je lijf, relaties en seksualiteit, je werk, je woonwens, je levensdoel, je plaats in de wereld en spiritualiteit.

Welkom!