



# Cursus Houd me vast

Oestgeest

Vanaf 3 oktober 2022

**Kwadraad**  
maatschappelijk werk



# Cursus

## Houd me vast

De cursus Houd me vast is de cursus om je (partner)relatie te verbeteren. Je vermindert ruzies en krijgt meer begrip voor elkaar. Door het volgen van de cursus ontstaat bij de meeste deelnemers een diepere emotionele verbinding met elkaar. Je leert anders te kijken naar patronen in je relatie, negatieve patronen te stoppen en de onderliggende emoties en behoeftes te herkennen. Hiermee breng je meer liefde in je relatie, een cadeau voor elkaar en je kinderen! Houd me vast is 'EFT-light', een lichte vorm van EFT-therapie.

'Houd me vast' is een cursus van 8 x 2 uur, gegeven door twee hiervoor getrainde EFT-trainers. In de cursus ga je actief aan de slag met het gelijknamige boek en met gespreksoefeningen.

De informatie zal in de gehele groep gegeven worden; het gesprek tussen de partners vindt plaats in een aparte ruimte.

### Wanneer en hoe vaak?

Acht bijeenkomsten op maandag 3, 10, 17, 24 en 31 oktober, 7, 14 en 21 november en 6 februari 2023 van 14.00-16.30 uur

### Locatie

Rhijngeesterstraatweg 13b,  
Oegstgeest.

### Kosten

€ 46,00 voor het boek en werkboek 'Houd me vast'

### Informatie of aanmelden

Via de knop 'Aanmelden voor deze activiteit' of via T 088 900 4000

Ga direct aan de slag op  
[kwadraad.nl](http://kwadraad.nl) of bel 088 900 4000