



# Lustrumcongres Stichting Emovere

## 10.00 uur Plenair Programma

- **Marjon Oomens (directeur Stichting Emovere):** Openingswoord en 5 jaar Stichting Emovere
- **Karen van Ruiten:** Hoe we met bewustzijn verder tot bloei kunnen komen als mens en als maatschappij
- **Saskia de Bruin:** Ervaringsverhaal: de kracht van emoties als energie die wil bewegen
- **Miriam de Kleijn:** Begeleiding in gewaardzijn en verbinding met jezelf – een cadeau voor jou!
- **Krystl:** Muzikale omlijsting

## 12.15 uur Lunchpauze

## 13.15 uur Verdiepende Sessies (tot 15.45 uur inclusief pauze)

- **V1 De wijsheid van het lichaam in beweging** – ervaar de kracht van muziek, beweging en stem, met **Hilde Bolt en Ronald Becker**
- **V2 Transformatieve mind-body-reis** – meditatieve oefeningen en trance voor bezieling en balans, met **Marieke Gielen en Simone Ardesch**

## 13.15 uur Inspiratiesessies (tot 15.45 in twee rondes met pauze om 14.15)

### Ronde 1 - 13.15 - 14.15 uur

- **1.1 Fysieke klachten en emoties** – een neurowetenschappelijke kijk op herstel, met **Christine Deurman en Cindy Cleypool**
- **1.2 Je lijf vertelt waar het knelt** – een nieuw perspectief op de relatie tussen lichaam, emotie en systeem, met **Inge Kroese**
- **1.3 Pijn als cadeau?** – hoe pijn kan leiden tot autonomie en een ruimer leven, met **Petulia van Tiggelen, Michelle Kraaij & Michael Hulst**
- **1.4 Het gevoel wil bewegen** – ervaar emoties via beweging en muziek, met **Saskia de Bruin**
- **1.5 In verbinding met jezelf** – ontdek de samenwerking tussen hoofd-, hart- en buikintelligentie, met **Miranda Laurant**
- **1.6 Ik voel, ik voel wat jij niet voelt!** – hoe kinderen emotioneel bewust kunnen opgroeien, met **Kitty Rumping en Roeline van Driel**
- **1.7 Op reis 'naar binnen' met het labrynt** – reflectie en groei, met **Wico Mulder**
- **1.8 wisdom@work in de (F)Luistertent** – een zintuiglijke beleving, kom tot jezelf in stilte, met **Jessica Wawoe en Marc van Will**

### Ronde 2 - 14.45 - 15.45 uur

- **2.1 Hardlopen als lichaamswerk** – bewegen als ingang tot je emotionele wereld, met **Bram Bakker**
- **2.2 Onbegrepen klachten bij kinderen** – wat kinderen werkelijk nodig hebben, met **Majella Lammers**
- **2.3 Boks je vrij** – ontdek je grenzen en vergroot je veerkracht via boksc coaching, met **Gayle van Krevelen**
- **2.4 Vriendschap sluiten met je zenuwstelsel** – reguleren via muziek en beweging, met **Estelle Schatorié**
- **2.5 Vooruitstruikelen als dokter** – een kwetsbare inkijk in verandering binnen de medische wereld, met **Lian Tjon Soei Len**
- **2.6 De tijdlijn en herstel** – breng klachten en levenservaringen in kaart, met **Nienke Feberwee en Aleid Winkler**
- **2.7 Op reis 'naar binnen' met het labrynt** – reflectie en groei, met **Wico Mulder**
- **2.8 wisdom@work in de (F)Luistertent** – een zintuiglijke beleving, kom tot jezelf in stilte, met **Jessica Wawoe en Marc van Will**

## 16.00 uur Plenaire Dagafsluiting

- **Krystl** Live optreden met handpan
- **Dr. Howard Schubiner** (online): het belang van gevoel en emoties. Aansluitend: de feestelijke aanbieding aan Howard van de Nederlandse vertaling van zijn boek *Unlearn Your Pain*
- **Ronald Becker** Muzikale en inspirerende afsluiting 'De Stem van Emovere'

## 17.15 uur Borrel (tot uiterlijk 18.00 uur)