

Wat gaan we doen?

We gaan in deze workshop samen onderzoeken hoe zeer het gebruik van je mobiel verworven is met je dagelijks leven. Hoe het ongemerkt in je leven is geslopen en inmiddels je dag en gedrag bepaalt. We kijken ernaar in hoeverre afhankelijkheid van dit apparaatje een rol speelt, belichten de valkuilen en je krijgt praktische tips, om er in toekomst bewuster mee om te kunnen gaan.

In deze workshop krijg je inzicht in welke plaats jouw smartphone in jouw leven inneemt en geeft jou de nodige inzichten en tools om daar, als je dat graag wilt, verandering in te brengen.



Je krijgt informatie over wat voor soort energie het is, waarom deze steeds weer onze aandacht vraagt en zo verslavend is.

Ben jij de baas over jouw mobieltje of is jouw mobieltje de baas over jou?

Wat maakt het voor jou moeilijk om de gewoonte te doorbreken en de verleiding van gemak en onnodige functies te weerstaan?



Een paar feitjes om bij stil te staan

Een mobiele telefoon

- zendt schadelijke straling uit en ontvangt deze, zelfs als die uitstaat.
- Geeft tijdens het bellen warmte af die verwarrend is voor de lichaamscellen en ziekte kan veroorzaken.
- Bevat een chip waardoor je altijd traceerbaar ben, waar je ook bent en op welke manier je je ook verplaatst.
- Maakt geluidjes die verslavend zijn.

Over mezelf

Toen de mobiele telefoons op de markt kwamen en al mijn vrienden zeiden, belachelijk, ga ik nooit doen,

zijn de meesten later toch bezweken. Sommigen vonden, dat ze voor hun kinderen altijd bereikbaar moesten zijn. Sommigen hadden het voor hun werk nodig. Sommigen kregen het cadeau, terwijl ze het zelf nooit zouden kopen. Zo had iedereen een reden voor de aanschaf van zijn eerste mobiel. En als je eenmaal begonnen bent.....



Ik heb toen al besloten dat ik hier niet aan mee wilde doen. Gezondheid was een belangrijke reden voor mij, maar ook de afhankelijkheid en ook ergens in gezogen te worden wat niet echt is. Tot nu toe heb ik het volgehouden, hoewel ik toe moet geven, dat het steeds lastiger wordt. De workshop heb ik stoutmoedig 'Leven zonder mobiel' genoemd, maar dat is voor de meesten natuurlijk niet meer haalbaar. Het gaat vooral om de bewustwording van welke rol dit apparaatje je leven speelt en waar je daar verandering in zou kunnen brengen.

Wanneer?

15 april 2025

11.00 tot 16.00 uur

Prijs

Eenmalige introductie prijs € 125,-

Waar?

Amsterdam, Mijehof 359

Nieuwsgierig geworden?

Neem alsjeblieft contact met mij op als je nog vragen hebt of meer wilt weten! Ik ben op mijn vaste lijn bereikbaar en per e-mail. Aanmelden graag per e-mail of via Hipsy: <https://hipsy.nl/shop/107492-leven-zonder-mobiel>

Wie?

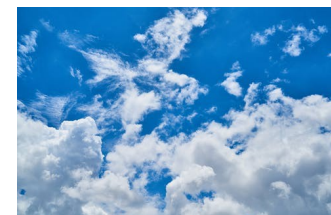
Mijn naam is Anne Troike. Ik werk sinds 2009 als holistisch therapeute. In mijn praktijk geef ik Liv behandelingen, Readings en verschillende workshops.



Anne Troike
Holistisch therapeute
Praktijk Liv
Mijehof 359
1106 HK Amsterdam
020-3652981
info@livtherapie.com
www.livtherapie.com

Leven zonder mobiel

Eendaagse workshop



- Ben je klaar met 24/7 bereikbaar te moeten zijn?
- Kun je zonder mobiel de deur niet uit?
- Vraagt je mobiel je aandacht, terwijl je met iets anders bezig bent?
- Staat je mobiel soms tussen jou en je vrienden?
- Vraagt je mobiel je aandacht, terwijl er op dat moment geen enkele reden is om te kijken of iets op te zoeken?
- Wil je meer grip op het gebruik van je mobiel en zelf bepalen wanneer je het wel en niet gebruikt?
- Wil je je vrijheid weer terug die je had, toen je nog geen smartphone had?

Kom dan naar deze workshop!