**Programma en tijdsindeling van de losse modules bijscholing voor coaches en verloskundigen**

**Dag A**

9:30 u - 10:00 u Welkom en kennismaken

10:00 u - 10:15 u Angst, hoe werkt ons brein?

10:15 u - 12:30 u Theorie angst

12:30 u - 13:00 u Lunch

13:00 u – 14:30 u Mindful angst verdragen

14:30 u – 16:00 u Exposuretherapie

16:00 u- 16:45 u Workshop hoe bied je exposure aan

16:45-17:00 u Gezamenlijke afsluiting

**Dag B**

9:30 u - 10:00 u Welkom en kennismaken

10:00 u - 10:15 u Overtuigingen, NLP

10:15 u - 12:30 u Overtuiging vervangen

12:30 u - 13:00 u Lunch

13:00 u – 14:30 u Voornemen/intenties

14:30 u – 16:00 u Schuldgevoel als E-motie

16:00 u- 16:45 u Wat hoort bij schuld

16:45-17:00 u Gezamenlijke afsluiting

**Dag C**

9:30 u - 10:00 u Welkom en kennismaken

10:00 u - 10:15 u Bang, boos, blij, bedroefd

10:15 u - 12:30 u Mindmappen

12:30 u - 13:00 u Lunch

13:00 u – 14:30 u Het mijnenveld

14:30 u – 15:30 u Workshopronde 1

15:30 u- 16:45 u Workshopronde 2

16:45-17:00 u Gezamenlijke afsluiting

**Dag D**

9:30 u - 10:00 u Welkom en kennismaken

10:00 u - 10:15 u Kinderlogica

10:15 u - 12:30 u Negatieve cognities

12:30 u - 13:00 u Lunch

13:00 u – 14:30 u De energetische lading van een NC

14:30 u – 16:00 u Oefenen met verplaatsen innerlijk kind

16:00 u- 16:45 u Weer goed naar huis

16:45-17:00 u Gezamenlijke afsluiting

**Dag E**

9:30 u - 10:00 u Welkom en kennismaken

10:00 u - 10:15 u Depressie

10:15 u - 12:30 u Wat zeggen DSM en de psychiatrie

12:30 u - 13:00 u Lunch

13:00 u – 14:30 u Postpartumdepressie

14:30 u – 16:00 u De emotionele wipwap

16:00 u- 16:45 u Balans

16:45-17:00 u Gezamenlijke afsluiting

**Dag F**

9:30 u - 10:00 u Welkom en kennismaken

10:00 u - 10:15 u Verdriet en verdriet verdiepen

10:15 u - 12:30 u Schoon en troebel verdriet

12:30 u - 13:00 u Lunch

13:00 u – 14:30 u Van falen naar balen

14:30 u – 16:00 u De baarmoeder-hartconnectie

16:00 u- 16:45 u Weer goed naar huis

16:45-17:00 u Gezamenlijke afsluiting