

# MOVEERSE – leven en werk in beweging

BUREAU VOOR COACHING & COUNSELING – PRAKTIJK VOOR DANS & THERAPIE

Geertje Kuipers

info@moverse.nl

[www.moverse.nl](http://www.moverse.nl)

KvK 08177273 0000

## MOVEERSE

- COACHING & COUNSELING
- LOOPBAANCOACHING
- DANS/BEWEGINGSTHERAPIE
- DANSIMPROVISATIE
- WORKSHOPS & CONSULTANCY

Moverse is een initiatief van Geertje Kuipers. Hierin heeft zij haar passie voor dans, interesse in psychologie en gevoel voor mensen samengebracht. *"Dansen is voor mij een perfecte manier om contact te maken en om mezelf uit te drukken. Bovendien houden dans en meditatie mij in mijn werk als projectmanager goed in balans tussen verstand en gevoel."*

beweging  
ontwikkeling

verandering  
verwerking

### DANS/BEWEGINGSTHERAPIE

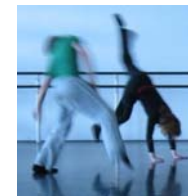
Dans/bewegingstherapie is geschikt voor de behandeling van diverse lichamelijke, emotionele, sociale, psychologische en psychiatrische klachten van mensen van alle leeftijden. Dergelijke klachten zijn altijd terug te zien in het lichaam en in de beweging. Daardoor zijn ook via het lichaam en de beweging veranderingen op gang te brengen. Dit kan zowel individueel als in een groep. Danservaring is niet nodig.

### DANSIMPROVISATIE

Bij dansimprovisatie staat het vrij bewegen centraal, met en zonder muziek, met ogen open of dicht, samen of alleen, in duo's of in groepjes. We kunnen bewegen vanuit een thema of zomaar, en dansen altijd in het moment. Het gaat er hier niet om hoe je danst, maar dát je danst. Het gaat om creatieve expressie, om bewegen en laten bewegen en daar van te genieten.

### COACHING & COUNSELING

We bespreken wat je tegenkomt of hebt meegemaakt dat je belemmert om je goed te voelen, helder te denken en adequaat te handelen vanuit je zijn. Samen bepalen we hoe je kunt werken aan je verbeter- en/of veranderdoelen.



### LOOPBAANCOACHING

Via de Loopbaan Potentieel Methodiek (LPM) richten we ons op het verbeteren van je employability / inzetbaarheid en het optimaal benutten van je potentieel in je loopbaan (zie ook [www.loopbaanpotentieel.nl](http://www.loopbaanpotentieel.nl)).



### DANS & THERAPIE

We komen letterlijk in beweging via gerichte oefeningen, bewegingsopdrachten, en/of vrije improvisatie. Via reflectie en feedback koppelen we wat er gevoeld en ervaren is aan dagelijkse situaties in leven en werk. Zo kun je werken aan ontwikkeling, verandering, verwerking en/of acceptatie van wat is.



DENKEN, VOELEN EN HANDELEN ZIJN MET ELKAAR VERBONDEN EN WORDEN GEDRAGEN DOOR HET ZIJN.

Moverse brengt lichaam en geest samen in beweging, om tot ontwikkeling en verandering te komen vanuit verstand én gevoel.

