

Persbericht

Maandag **26 september a.s.** is er weer een bijeenkomst van Café Brein in Boxmeer.
Op deze avond geeft Brigitte Ubachs een workshop stembevrijding. Brigitte is muziektherapeut en stembevrijder.

*Jezelf uiten is gezond, maar niet altijd vanzelfsprekend, zeker niet wanneer je NAH hebt.
Stembevrijding gaat over jezelf ruimte geven, je emoties durven voelen en deze laten klinken.
Zingen zonder drempels, zonder kaders, zonder goed of fout.
Stembevrijding geeft ontspanning, energie, vertrouwen, herkenning, kracht en vrijheid.*

Iedereen kan meedoen, Brigitte zal deze workshop op een hele veilige en ontspannen manier begeleiden. Meer informatie vindt u op de site www.zingjezelf.nl.

Tijdens de thema-avond is er ook ruimte voor uw vragen en het uitwisselen van ervaringen, ideeën en tips.

Café Brein vindt plaats in De Driewiek, Jeroen Boschstraat 49 in Boxmeer, start om 19.30 uur (19.00 uur zaal open) en duurt tot 21.30 uur. Deelname is gratis en aanmelden is niet nodig.

Café Brein is een samenwerkingsverband tussen:

