



## Inspiratie workshop Rennen, Rommel en Rumoer

Druk, drukker, drukst. Het leven is een stuk drukker geworden met zo'n kleintje erbij. Tropenjaren zijn het. Het is rennen, vliegen, duiken, vallen, opstaan en weer doorgaan... En dan nog tijd nemen voor jezelf (want iedereen zegt dat dat belangrijk is) en zorgen dat je relatie leuk blijft. En hoe doen al die andere ouders dat toch?

In deze workshop neem je even afstand van de dagelijkse hectiek om scherp te krijgen wat in jouw gezin soepel loopt (daar krijg je energie van!) en waar nog iets te winnen valt (daar kun je energie mee besparen!). We gaan de belangrijkste onruststokers te lijf en we helpen elkaar bij het maken van een actieplan, zodat je thuis meteen aan de slag kunt en het leven met een peuter in je gezin weer wat makkelijker, soepeler en leuker wordt. Doe de stresstafette, maak de balans op en ga naar huis met praktische tips die passen bij jouw gezin.

*Note: deze workshop is ontwikkeld door Family Factory*