

Onderwerp:aanbod Nationale Denktank

Beste collega's,

Afgelopen december leerde ik de Nationale Denktank kennen: een groep talentvolle jonge mensen die met innovatieve en creatieve projecten de Nederlandse samenleving willen verbeteren. Dat jaar richtten zij zich op gezondheidspromotie. In hun onderzoek kwamen zij een mindfulness initiatief voor Britse parlementariërs tegen en namen zich voor het project naar Nederland te halen. Graag breng ik op verzoek van de Nationale Denktank onderstaande onder jullie aandacht.

In een partnerschap met o.a. de universiteit van Oxford en het Radboud UMC biedt de Nationale Denktank aan Kamerleden en hun staf de mogelijkheid om kosteloos deel te nemen aan een achtweekse, besloten mindfulnessstraining.

Succes in Britse parlement

In Groot-Brittannië deden, onder begeleiding van trainers van de universiteit van Oxford, al meer dan 80 parlementariërs een achtweekse mindfulnessstraining. Hun positieve ervaringen zijn in lijn met wetenschappelijk onderzoek, dat aantoonde dat deze vorm van aandachtstraining leidt tot een significante verhoging van concentratievermogen, stressbestendigheid en ervaren kwaliteit van leven.

De Nederlandse trainingen worden verzorgd door prof. dr. Anne Speckens van het Radboud UMC en Rob Brandsma, directeur van het Centrum voor Mindfulness Amsterdam. Deze twee gerenommeerde mindfulnessstrainers werken samen met het Oxford Mindfulness Centre.

Informatiebijeenkomst in september

Op een informatiebijeenkomst op 25 september om 16.00 uur leggen de trainers uit wat de training precies inhoudt. Ook zal Chris Ruane, parlementariër en initiatiefnemer van de trainingen in Groot-Brittannië, tijdens deze gelegenheid geïnteresseerden vertellen over de voordelen van mindfulness voor de volksvertegenwoordiger.

U kunt via [deze link](#) uw interesse voor deze bijeenkomst en de training kenbaar maken, en ook de leden van uw staf worden van harte uitgenodigd dat te doen. Medio juni volgen datum en tijd van de bijeenkomst, die net als de trainingen in of vlak bij de Tweede en Eerste Kamer zal plaatsvinden. Met uw informatie en een eventuele deelname zal strikt vertrouwelijk worden omgegaan. Ook als u niet aanwezig kunt zijn bij de introductie bijeenkomst kunt u deelnemen aan de trainingen die eind september/begin oktober van start zullen gaan.

Meer informatie

In de bijgevoegde brochure vindt u meer informatie over het initiatief, mindfulness, de Nationale Denktank en contactgegevens van de initiatiefnemers. Ook leest u ervaringen van volksvertegenwoordigers uit Groot-Brittannië en de Verenigde Staten met deze training. Om vast een plek te reserveren voor deelname aan een training of verdere vragen neemt u contact op met Ties Dams: 0612481307 / mindfulness@nationale-denktank.nl

initiatiefnemers Ties Dams en Spencer Heijnen

Vragen en reply dus niet aan mij, maar aan bovenstaande (bevroegen) initiatiefnemers

Met vriendelijke groet,
Pia Dijkstra
Lid Tweede Kamer D66

Plein 2 / Postbus 20018
2500 EA Den Haag
070- 318 3066



Doe met mij mee!

[D66.nl](#) | [Facebook](#) | [Twitter](#) | [LinkedIn](#) | [YouTube](#)

De informatie opgenomen in dit bericht kan vertrouwelijk zijn en is uitsluitend bestemd voor de geadresseerde.
Indien u dit bericht onterecht ontvangt, wordt u verzocht de inhoud niet te gebruiken en de afzender direct te informeren door het bericht te retourneren.