

PERSBERICHT

Landelijke Loslaatdag 14 maart 2015: Kiezen voor eenvoud

Rotterdam, 12 januari 2015

Eenvoudig leven in de drukte van de dag kan best. Maar hoe dan? Dat vertelt organizer Yvonne de Bruin van Sloworganizing op zaterdag 14 maart 2015 tijdens de Landelijke LosLaatdag. Voor de derde keer organiseert De Bruin deze bijeenkomst. Na twee succesvolle edities gaat ze dit keer nog meer de diepte én de breedte in met diverse loslaatworkshops en een loslaatmarkt.

Eenvoudig leven levert veel op: ruimte, rust en tijd voor ervaringen in plaats van spullen. Maar in deze tijd van informatie-overload en druk-druk-druk vraagt het ook een actieve houding om te kiezen voor eenvoud. 'En dat begint met je bewust te zijn van welke spullen en activiteiten wel of niet bij je horen', aldus Yvonne. De Loslaatdag biedt een overzicht van stappen naar meer eenvoud.

Yvonne: 'Ik help mensen met het letterlijk en figuurlijk loslaten van hun spullen en het loslaten van overvloedige ideeën in hun hoofd. Daardoor ontstaat ruimte voor eenvoudig en bewust leven.'

Lancering website Loslaatdag op maandag 19 januari, Blue Monday

De Loslaatdag vindt tegelijkertijd plaats op meerdere locaties in Nederland. En de ideale dag om 2015 te starten met 'loslaten' is volgens Yvonne maandag 19 januari, ofwel: Blue Monday, de somberste dag van het jaar. Kijk vanaf die datum voor meer informatie op: www.loslaatdag.nl.

De Hoofdlocatie van de Landelijke Loslaatdag is Rotterdam.

Organisatie Landelijke LosLaatdag

De Landelijke LosLaat-dag is een initiatief van organizer Yvonne de Bruin van SLOWorganizing. Sloworganizing is gebaseerd op de volgende vier principes die je helpen bij het bereiken van een opgeruimd leven: **S**tap voor stap aan de slag, **L**aat los en leef minder met spullen, **O**pruimen in je eigen ritme en **W**eldadige en weloverwogen gewoontes. Kortom: **SLOW**.

Noot voor de redactie

Meer informatie over de Landelijke LosLaatdag?

Neem contact op met Yvonne de Bruin van Sloworganizing (mobiel: 06 3036 5787
of e-mail: info@sloworganizing.nl)

Website

Algemeen: www.loslaatdag.nl

Rotterdam: <http://www.sloworganizing.nl/aanbod-loslaatdag.htm>