

Thema's maandgroep 2020/2021

LEVEN IN DE MAALSTROOM

naar het boek "Mindfulness in de maalstroom van je leven" van Edel Maex

7 september 2020:

Thema 1 – Eindeloos beginnen

5 oktober 2020:

Thema 2 – Buiten de lijntjes

2 november 2020:

Thema 3 – Omgaan met grenzen

7 december 2020:

Stille les

4 januari 2021:

Thema 4 – Wat zich aandient

1 februari 2021:

Thema 5 – Het zelfhelend vermogen

1 maart 2021:

Thema 6 – Milde, open aandacht

12 april 2021:

Stille les

10 mei 2021:

Thema 7 – Niet-weten

7 juni 2021:

Thema 8 - Verbondenheid

Locatie: natuurboerderij "de Mhene", Lendeweg 4a in Hall

Dag en tijd: maandagavond van 19:30-22:00 uur

Kosten: € 20,-- per keer of € 150,-- voor het hele seizoen

Wie een meditatie-uurtje-leskaart (€ 50,--) met 10 strippen heeft: 3 strippen per keer



Trainer: **Jantine Peters**

Website: www.aandachtgeeftjkracht.nl

Email: info@aandachtgeeftjkracht.nl

Telefoon: 06-17 369 599

