

Dag lieve mensen,

Sommigen van jullie hebben lang niets meer van mij gehoord. Anderen hoorden wel eens wat meer. En weer anderen kennen mij helemaal niet.

Maar daar kan verandering in komen, omdat er vanaf 7 oktober een maandelijkse relaxatiesessie bij mij thuis doorgaat, telkens de eerste vrijdag van de maand.

Volgende keren nog dit jaar op 4 november en 2 december. We starten om 14 uur stipt (welkom vanaf 13u45) en eindigen om 15u30. Bij een tas koffie, thee of een glas frisdrank kan er wat nagebabeld worden, voor wie dat graag wenst, maar voel je vrij. Het "tot ziens" moment is ten laatste om half vijf.

De cursus wordt gegeven door Jef Houbrechts. Ik mocht bij hem deze cursus beleven, tijdens mijn herstelperiode van borstkanker.

Het was voor mij een heilzaam, deugddoend, levensadem-gevend gebeuren.

Mijn adres is: Leentje Schrooten, Sluisstraat 16 te 3590 Diepenbeek. leentjeschrooten@hotmail.com - tel. 011/727014

Een goede conditie is niet nodig om deel te nemen omdat lichamelijk bewegen tot een minimum is beperkt. Een dekentje en eventueel een eigen hoofdkussen breng je zelf mee. Voor wie in november of december ook erbij wil zijn is het 8 euro per keer. Partner, vriend of vriendin zijn mede welkom. Met dezelfde terugkomende mensen werken is voor de stroming en energie in de groep optimaal maar je bent ook welkom als je maar eenmaal komt. Als er onverwacht te veel nieuwe inschrijvingen zouden zijn, komt er een wachtlijst. We verwittigen zodra er een plaats vrijkomt.

