

KUNDALINI GEZONDHEIDSBEURS

Fietenstraat 44 te Bilzen (Eigenbilzen), op Paasmaandag 1 april van 12u tot 18u
Uit sympathie aanwezig met een infostand; om onze activiteiten meer bekendheid te geven.
Kom jij ook een kijkje nemen?
Meer informatie: www.kundalini.be

PRAAT- EN RELAXATIEGROEP

vrijdag 5 april om 12 uur in Chinees restaurant Hong Kong, Eikelplein te Hulst-Tessenderlo.
Gezellige babbel en bespreking bij een "lunchmenu" van 5,50 of 8 euro. Reserveren is niet nodig.
Dit is in plaats van de praatavonden van voorheen op donderdag.

ONTBIJTBUFFET

in "Huis van de Mens" te Maaseik op zondag 7 april. Vertrek om 9 uur.
Inschrijven vóór 5 april bij lea.cuyper@gmail.com. Bijdrage 6 euro + kostendelend rijden.
Namiddag bezoek aan "het witte stadje" Thorn in Nederlands Limburg.

RELAXATIEDAG

Zondag 14 april 10u tot 18u in CC het Loo, Vismarkt te Tessenderlo.
We verwelkomen vrienden en kennissen, ook ontmoeting als aanloop naar verblijven in Wéris einde april.
Inschrijven kan tot 10 april bij: houbrechts.jef@telenet.be 0479 334822
Locatie: CC Het Loo, Vismarkt te Tessenderlo. Deelnemingsbijdrage voor kosten: 10 euro.
Activiteiten: metamorfosemassage, relaxatie, yoga, picknick, massage-uitwisseling...
Meebrengen: eigen eten en drank, grote handdoeken, olie, dekentje, losse kledij, slippers.

KUNSTZINNIGE CREATIVITEIT

Bij "CREATIEF TESSENDERLO", Lichtveld 54, is er elke dinsdag tussen 13 en 20u gelegenheid om gratis allerlei creatieve bezigheden te beoefenen, bvb. haken, breien, tekenen, schilderen of een goeie babbel....
www.facebook.com/CreatiefTessenderlo

"Lichaam & Leven" kreeg plaats voor het uitlenen van boeken en Cd's: 1000 boeken beschikbaar over meditatie, relaxatietechnieken, spiritualiteit, massage, tantra, gezondheid, koken en diëten, religie, kruiden, etherische oliën, kanker en andere ziekten, mandala's, enz.
en een ruime collectie Cd's met muziek voor relaxatie en meditatie, met ook een 50-tal ingesproken meditatie en visualisaties.
Daarnaast kan je na afspraak gebruik maken van een infraroodsauna, eventueel in combinatie met een ontspannende massage (ontvangen of uitwisselen).
Praktische regeling en afspraken via houbrechts.jef@telenet.be of 0479 334822



WANDELEN EN ONTSPANNEN IN WÉRIS-DURBUY

STILTE 5daagse van 22 tot 26 april
DYNAMISCHE 5daagse van 26 tot 30/4.

Betaal vóór 10 april omdat het aantal plaatsen beperkt is.
Deelnemersbijdrage van € 160,00 per persoon (per periode) op rek. nr.: BE10 2990 9864 6804 Cuyper & Houbrechts.
Nu al inschrijven en betalen!

Activiteiten:

meditatie, massage, dans met Attilio (24/4), gesprekken, creativiteit, yoga, relaxatie, dans en "Pilates" met Ria (26-30/4), wandelen, herbronnen, genieten...

NIEUW: trancedans en klankhealing, begeleid door Joyz Peters:
voor groep 1 op 25/4, de dag van de Volle Maan, en ook voor groep 2 op 26/4:

Geblinddoekte dans om inspiratie op te doen op zielsniveau. Tijdens een trancedans ga je geblinddoekt dansen, niemand die je bekijkt en niks dat je kan afleiden van je eigen bewegingen. Je verzeilt in een 'droomtoestand', al dansend en je komt in contact met de diepere lagen van je bewustzijn. Hierbij doet de blinddoek dienst als een scherm voor de ziel, die zich in het duisternis kan openbaren en naar boven brengt, datgene wat je nodig hebt: inspiratie, een oplossing voor een probleem, contact met een gevoel, een andere kijk op iets,... Of je kan natuurlijk ook gewoon lekker komen dansen! Je hoeft geen ervaring te hebben, je bent welkom om gewoon jezelf te zijn en te dansen. Een trancedans duurt ongeveer 75 minuten, gevolgd door een kwartiertje liggend terugkomen en genieten van een kort klankconcert. Daarna samen ervaringen delen, voor wie dat wil. Meer informatie: www.shivaya.net

VOLLE MAAN van donderdag 25 april - **DE HAVIK = Grootseheid**
De Havik markeert de terugkomst van je reis uit de schaduwwereld en de hereniging van je ziel met je persoonlijkheid.
In de mystiek wordt dit het Heilig Huwelijk genoemd. Dit is de dag waarop je ervoor kiest om je ziel en je persoonlijkheid te laten samenwerken om als team het mooiste in jezelf naar buiten te brengen.
(uit: MODRON Vrouwenagenda)



GESPREKSGROEP IN ANTWERPEN

voor mensen van uit die ruime regio. Sommigen hebben al deelgenomen aan onze activiteiten, anderen zijn eveneens welkom. Op 20 maart was er een eerste bijeenkomst met 8 deelnemers in het Centrum voor Welzijn door Bewustwording "Live Love Love Life", Bisschopstraat 18 (op vijf à tien minuten wandelafstand van Centraal Station).
Vrije rechtvaardige bijdrage voor thee en gebruik ruimte.
In bijlage kan je het verslag van 20 maart vinden met als titel:

" Een gespreksavontuur 'in 't Stad' "

Volgende bijeenkomst begin mei. Combineer het met een daguitstapje! Reservatie niet nodig.

LEZING: VOEDING & HART- EN VAATZIEKTEN

Dr. E. De Maerteleire, in Dieetcentrum ANN te Beverlo, Korspelsesteenweg 86,
op dinsdag 9 april om 19 uur:

"De voornaamste doodsoorzaak in België is hart- en vaatziekten. Het is de bedoeling in deze voordracht het effect van de voeding na te gaan, meer bepaald de rol die de cholesterol speelt in het ontstaan van deze gevreesde ziekten."

Liefst inschrijven vooraf: 011/40.14.07 - www.dieetcentrum-ann.be

Toegang € 7,00.

Korting! Voor personen met bestaansminimum of minimaal inkomen: € 5,00 indien je vóór 8 april inschrijft bij houbrechts.jef@telenet.be - 0479 334822.