

Voel je vrij om te kiezen. **Altijd vooraf inschrijven of aanmelden** per mail of gsm, **uitgezonderd** voor De Praatgroep, Gespreksgroep Mystiek en "Drink" van Jos.

Do 23/6	19.30	De Praatgroep	Martinus Tessenderlo
Wo 29/6	19.30	De Praatgroep - gezellig samenzijn	Paal centrum
Do 30/6	19.30	"Dans je emoties" met "Danz Adentro"	Kraanhof Tessenderlo
Do 7/7	19u30	"Dans je emoties" met "Danz Adentro"	inschr: Attilio 0485/659696
Wo 27/7 tot 30/7		Driedaagse naar Panorama-Sauna	D-Grafschaft-Holzweiler

MASSAGE lessen en uitwisselingen voor kleine groepen; met eventueel gebruik infrarood sauna.

Deelnemingsprijs: vrije bijdrage. Richtbedrag: 10 €.

Voor **GEVORDERDEN** - haptonomie en endogene inductie

In de deskundige begeleiding houden we rekening met verwachtingen, motivaties en ervaringen.

Max. 10 deelnemers of individueel. Data af te spreken.

Vrije bijdrage. Richtprijs 10 € per keer.



De PRAATGROEP in Tessenderlo - erkend door de Gemeentelijke Sociale Raad.

Donderdag 23 juni om 19.30u in taverne Martinus in de Stationsstraat.

Je kan bij Clement Vandermaesen meer inlichtingen vragen: 013/322566. Geen lidgeld of bijdrage. Het doel van De Praatgroep is een gezellige babbel en een luisterend oor. Bespreking i.v.m. gezellig samenzijn van woensdag 29 juni

Vriendelijk uitgenodigd op een drink die Jos Polders aanbiedt nu hij met pensioen gaat. Vrijdag 24 juni vanaf 20 u. in Café "De Nachtmis", Meldert-Lummen aan de kerk.

GESPREKSGROEP MYSTIEK zondag 3 juli om 10u in "De Pelgrim", Isabellaplein 15A, 3270 Scherpenheuvel.

Inlichtingen en begeleiding: Willy Gielen: 0477 296039 gielen.willy1@telenet.be

Maandelijkse bijeenkomsten — data worden maand na maand afgesproken.

www.scherpenheuvel-zichem-info.be/Scherpenheuvel/3.htm

UITLEEN BOEKEN en CD's Groot aantal beschikbaar over meditatie, relaxatie en andere ontspanningstechnieken, massage, spiritualiteit,... Ook CD's met rustgevende muziek, luisterliederen. Kom zien en maak er gebruik van.

Uitstap naar "Panoramasauna" in Duitsland <http://www.holzweiler.de/index.html> van woensdag 27 tot zaterdag 30 juli.

Momenteel zijn er 8 deelnemers; gereserveerd voor 10, nog 2 plaatsen vrij.

Prijs: 117 € voor 3 overnachtingen en ontbijt, plus 2 dagkaarten voor de sauna.

Meer inlichtingen en inschrijven via Lea: 047260378 of lea.cuypers@gmail.com

Voor wie het dichter bij huis gezellig wil maken en voor wie niet houdt van sauna zijn er een paar **daguitstappen naar plaatsen die we in overleg bepalen**. Op dit moment zijn we met te weinig om het vakantiehuis in Wéris te huren. Als er nog een drietal personen bijkomen lukt het om de kosten voor de huur van een midweek te betalen en dan wordt het Wéris. (gsm of mail naar Jef voor dit initiatief)



ANDERE INITIATIEVEN EN SUGGESTIES:

Beelden en mandala's in klei en zo nieuwe inzichten verwerven en verwerken, door Leentje te Diepenbeek, Sluisstraat 16, met haar project "Stille Getuigen"; in juli en augustus kan je er terecht op dinsdagvoormiddagen van 9.15 u tot 11.45 u. Altijd vooraf afspreken! 011/727014.

"Magische Natuur Wandelvierdaagse NAZOMEREN 2011" in Bérismenil (tussen La Roche en Houffalize). van 24 tot 28 aug. voor 111 € 's Avonds allerlei activiteiten naar keuze. Inlichtingen bij Gino Vanneste in Wevelgem : 056/51.94.82 - E-mail: gino.vanneste@belgacom.net

"Wellness aan huis", idee in vorige Nieuwsbrief kan door iedereen toegepast worden. Leuk om op een zomeravond uit te proberen. Wel zorg dragen voor goede sfeer en degelijke behandelingen. Ben bereid mee te werken voor begeleiding. Een viertal massagetafels kunnen geleend worden.

Individuele sessies met relaxatieoefeningen, meditatie en/of massage. In mijn praktijkruimte of aan huis. Heilzaam voor langdurig zieken maar ook voor iedereen die dit in eigen woonruimte wil ervaren. Ik geef voorkeur om ook sommige gezinsleden actief te betrekken bv. bij het geven van massage.