

# Nieuwsbrief

Shining Life

*“De natuur heeft geen haast en toch komt alles af.”*

nieuw



## Natuurwandelingen

Natuur = vrijheid, verbinding, rust/stilte, essentie, stroming

= ont-moeten = er moet niets meer, loslaten

= kracht, openheid, vrolijkheid, gelijkwaardigheid

= ZIJN

Door in de natuur te zijn, maken we weer verbinding met al deze mooie eigenschappen die ook in ons zitten. Zo kom je tot diepgaande verandering in jezelf.

Je maakt weer verbinding met je natuurlijke aard, je innerlijke wijsheid.

Je komt helemaal tot rust. Uit je hoofd en helemaal bij je **GEVOEL**.

Tussendoor doen we ook oefeningen die je helpen om nog meer verbinding te maken met de natuur en met je innerlijke stilte, je innerlijke vreugde.

Gewoon **ZIJN!**



### **Zaterdag 27 juli 2019**

Waar?                    Natuurreserveaat De Maat  
Uur?                      9.00 uur tot +/- 11.00 uur  
Vertrekpunt:            Parking Zilvermeerhaven Port Aventura  
                                  Zilvermeerlaan 9 – 2400 Mol

### **Zaterdag 24 augustus 2019**

Waar?                    Natuurgebied Gerhagen  
Uur?                      9.00 uur tot +/- 11.00 uur  
Vertrekpunt:            Parking natuurgebied Gerhagen  
                                  Zavelberg 9 – 3982 Tessenderlo

### **Zaterdag 14 september 2019**

Waar?                    Natuurgebied Scheps  
Uur?                      9.00 uur tot +/- 11.00 uur  
Vertrekpunt:            Parking Sint-Odradakapel  
                                  Halflochtdijk – 2490 Balen

### **Zaterdag 5 oktober 2019**

Waar?                    Natuurgebied Retie  
Uur?                      9.00 uur tot +/- 11.00 uur  
Vertrekpunt:            Parking 't Meulezicht  
                                  Watermolen 10 – 2470 Retie

### **Zaterdag 19 oktober 2019**

Waar?                    Natuurgebied Keiheuvel  
Uur?                      9.00 uur tot +/- 11.00 uur  
Vertrekpunt:            Parking Keiheuvel  
                                  17<sup>de</sup> Esc. Lichtvliegwezenlaan 8 – 2490 Balen

## Algemene informatie natuurwandelingen

Kostprijs 15 euro per wandeling (coaching inbegrepen).

Graag op voorhand inschrijven, aantal deelnemers is beperkt.

Indien je wenst te carpoolen, graag een seintje op voorhand.

Na elke wandeling de mogelijkheid om vrijblijvend na te praten in een lokale drankgelegenheid.

Graag tijdig paraat, de wandelingen starten stipt.

GSM Els Janssens 0478/67 56 87

Meebrengen:      aangepaste kledij (bijv. bij regenweer)  
                         wandelschoenen  
                         rugzakje met water en eventueel snack  
                         heel veel zin ☺



# *Shining Life Workshops*

## De weg naar Innerlijke Kracht & Innerlijk Geluk

Soms raast het leven voorbij en raak je jezelf kwijt in je dagelijkse bezigheden, je relatie, je beroep. De workshop 'De weg naar Innerlijke Kracht en Innerlijk Geluk' brengt je dan weer terug naar je 'kern', naar wie jij 'echt' bent!

De workshop vindt telkens plaats op **donderdagavond van 18.30 uur tot 21.00 uur**

Data workshop : 19/09 - 03/10 - 17/10 - 07/11 - 21/11 - 12/12/2019

Deelnameprijs: 250 euro

Voor meer info: zie website [www.shiatsu-coaching.be](http://www.shiatsu-coaching.be)



## Hooggevoeligheid als kracht – van overleven naar leven

Ben je vaak overprikkeld en moe? Vlug afgeleid in een drukke omgeving? Voel je anderen sterk aan en beleef je alles veel intenser? Dan is de workshop **Hooggevoeligheid** iets voor jou!

Tijdens deze workshop wil ik je leren effectiever om te gaan met jezelf, je energie en met je omgeving. Ik neem je mee op een traject waar we heel praktisch gericht gaan werken, zodat je er in het dagelijkse leven mee aan de slag kan. Samen schrijven we die gebruiksaanwijzing, zodat je van je hooggevoeligheid een kracht kan maken en je echt kan leven in plaats van overleven.

De workshop vindt telkens plaats op **dinsdagavond van 18.45 uur tot 21.00 uur**

Data workshop : 10/09 - 24/09 - 08/10 - 22/10 - 5/11 - 19/11 - 3/12 - 17/12/2019

Deelnameprijs: 250 euro

Voor meer info: zie website [www.shiatsu-coaching.be](http://www.shiatsu-coaching.be)



Deze nieuwsbrief mag vrijblijvend verstuurd worden naar geïnteresseerden.

© Shining Life juni 2019