

Samen op pad



Beste lezer,

Hierbij een korte nieuwsbrief met leuke nieuwtjes, zoals:

- De foto's van de stiltewandeling van afgelopen zondag!
- Een nieuwe (langverwachte ☺) datum voor de Samenkomst voor hooggevoeligen!
- De vakantieregeling voor de meditatieavonden!
- Inspiratie!

Afgelopen zondag zijn we weer met een groepje op pad geweest voor een prachtige stiltewandeling! Het weer was mooi, het natuurgebied prachtig, de mensen vriendelijk en stil... Wat heb je nog meer nodig voor een heerlijke ochtend? Kijk [hier](#) voor de foto's!

En ja hoor: het is gelukt! Er is een nieuwe datum ingepland voor de Samenkomst voor hooggevoeligen. Op zaterdag 3 augustus ben je van harte welkom. Vergeet niet om je tijdje in te schrijven. Dat kan via de mail: anke@mail.be of via het [inschrijfformulier](#) op de site.

Samenkomst voor hooggevoeligen - HSP'ers

Tijdens deze bijeenkomsten kunnen hooggevoeligen ervaringen met elkaar uitwisselen rond vragen zoals:

Hoe ga jij om met je hooggevoeligheid?

Hoe ga jij om met de vele prikkels in je leven?

Wat helpt bij jou als je overprikkeld bent?

Hoe ga je om met je hooggevoeligheid op het werk?

Wat is volgens jou de link tussen hooggevoeligheid en fibromyalgie ~ CVS ~ ...?

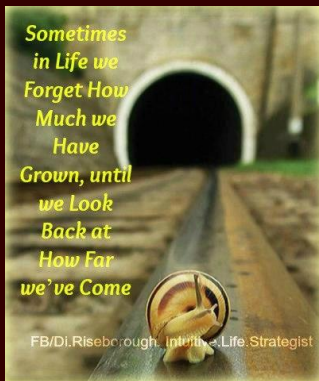


Als HSP'er kan het deugd doen om met andere hooggevoeligen te praten. Je kan je soms wel eens 'alleen' voelen met deze hooggevoeligheid tussen vele niet-hooggevoelige mensen in je dagelijkse omgeving. De drempel om te praten met hen die hetzelfde meemaken als jij, is een stuk lager. De herkenning bij anderen en het gevoel niet alléén te staan met deze uitdagende eigenschap, kan een enorme verrijking zijn. Lees [hier](#) verder.

Meditatieavond - Stilteavond:

Zoals je weet is er elke 1^e en 3^e woensdag van de maand de mogelijkheid om in stilte samen te zijn (Meer info kan je [hier](#) vinden). Dit zal ook zo zijn tijdens de zomermaanden juli en augustus. Dus noteer vanavond 3 juli, woensdag 17 juli en ook 7 augustus in je agenda, want dan gaan de stilteavonden gewoon door! Maar let op: enkel op woensdag **21 augustus** zal het **GEEN meditatieavond** zijn!

Inspiratie:



“Soms vergeten we hoeveel we reeds gegroeid zijn, totdat we even terugkijken en zien hoe ver we reeds gekomen zijn.”

Neem je even de tijd om terug te kijken? Wat zie je?

Hopelijk zien we elkaar snel op één van de activiteiten. Of als je op zoek bent naar een gesprekspartner kan je [contact opnemen](#) voor een vrijblijvend kennismakingsgesprek. Tot dan!

Warme groet,

Anke De Vooght

www.samenoppad.be



PS: Ken je iemand die interesse heeft? Stuur de mail dan gerust door!

Wanneer je deze nieuwsbrief niet langer wenst te ontvangen, gelieve 'Uitschrijven nieuwsbrief' te mailen naar anke@mail.be.