

# samen op pad



Beste lezer,

Een korte nieuwsbrief om je nog even te herinneren aan:

- de Samenkomst voor hooggevoeligen, komende zondag
- de Stiltewandeling van zondag 22 juni; meer informatie over de vertrekplaats en een voorproefje met een aantal mooie sfeerbeelden!

En natuurlijk vind je ook weer de nodige inspiratie in deze nieuwsbrief!

## Samenkomst voor hooggevoeligen komende zondag: er is nog plaats!



Na onze laatste mooie samenkomst in maart, plan ik graag weer een nieuw contactmoment in.

Zondag 15 juni kan je weer ervaringen uitwisselen met andere hooggevoeligen. Je bent van harte welkom! Ken je iemand die ook interesse heeft, nodig hem of haar gerust uit! Inschrijven kan via de [site](#) of met een mailtje naar [anke@mail.be](mailto:anke@mail.be).

## Stiltewandeling: we weten weer waarheen!

Zondag 22 juni gaan we weer in stilte op pad. Deze keer naar het Panneven in Hooge Mierde. Ik ben alvast even op verkenning gegaan en kan deze mooie beelden reeds met jullie delen:



Voor meer info en ook sfeerbeelden van eerdere wandelingen: klik [hier](#).

Een prachtig gedicht 'Heb je wel eens naar de stilte geluisterd?'

Heb je wel eens naar de stilte geluisterd?

Heb je wel eens naar de stilte geluisterd?

In onze drukke wereld is dat niet vanzelfsprekend.

Overall hoor je wel "iets".

Is het geen gepraat, dan is het wel een auto of een radio die ergens staat te spelen.

Wil je naar de stilte luisteren,

dan kan je je laten verrassen.

Je kan de stilte horen in het ruisen van de bomen,

in het gezang van vogels of in bloemen die groeien.

Luister en voel.

Lees [hier](#) verder.



Onderaan de mail vind je nog een overzicht van alle geplande activiteiten in de komende maanden. Maar ook een persoonlijke begeleiding is een mogelijkheid:

*Ben je op zoek naar een gesprekspartner rondom hooggevoeligheid, zelfvertrouwen, piekeren, stress, burn-out of depressie? Dan kan je [contact opnemen](#) voor een vrijblijvend kennismakingsgesprek. Tot dan!*

Warme groet,

Anke De Vooght

[www.samenoppad.be](http://www.samenoppad.be)



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

Agenda:

Alle cursussen worden opnieuw ingepland! Heb jij zin om mee te doen? Dan mag je me een seintje geven via [anke@mail.be](mailto:anke@mail.be) of via het inschrijfformulier op de website bij de desbetreffende cursus.



Cursus Zelfvertrouwen: "Wie ben ik?"

Nieuwe groepjes worden weer gevormd! Wil jij meedoen? Mail me dan: [anke@mail.be](mailto:anke@mail.be)  
Voor meer info en data: [klik hier](#).



Cursus Zelfvertrouwen:  
Zelfwaardering - Innerlijke criticus

Nieuwe groepjes worden weer gevormd! Wil jij meedoen? Mail me dan: [anke@mail.be](mailto:anke@mail.be)  
Voor meer info en data: [klik hier](#).



[Cursus Zelfzorg: Stress - Piekeren](#)  
[- Grenzen aangeven -](#)  
[Energiebalans - Flow](#)

Nieuwe groepjes worden weer gevormd! Wil jij meedoen? Mail me dan: [anke@mail.be](mailto:anke@mail.be)  
Voor meer info en data: klik [hier](#).



[Cursus Hooggevoeligheid](#)

Nieuwe groepjes worden weer gevormd! Wil jij meedoen? Mail me dan: [anke@mail.be](mailto:anke@mail.be)  
Voor meer info: klik [hier](#).

#### Overige activiteiten:

[Meditatieavond](#)

18 juni

2 juli

Elke eerste en derde woensdag van de maand.

Voor meer info: klik [hier](#).



[Samenkomst voor hooggevoeligen](#)

Zondag 15 juni

Voor meer info: klik [hier](#).

[Stiltewandeling](#)

Zondag 22 juni

Voor meer info: klik [hier](#).

Je kan ook even kijken op: [www.samenoppad.be](http://www.samenoppad.be).

Wil je graag regelmatige inspiratie? Ook op Facebook kan je me vinden:



---

Wanneer je deze nieuwsbrief niet langer wenst te ontvangen, gelieve 'Uitschrijven nieuwsbrief' te mailen naar [anke@mail.be](mailto:anke@mail.be).