

samen op pad



Beste lezer,

Deze nieuwsbrief staat in het teken van rust en stilte. Volgende week is het alweer zover! We gaan samen op pad tijdens de stiltewandeling in het Prinsenpark van Retie. Kijk [hier](#) voor de exacte gegevens. Graag even aanmelden als je mee wil. Iedereen is van harte welkom!

Vorige week kondigde ik reeds een nieuw initiatief aan, namelijk [de cursus Zelfvertrouwen: "Wie ben ik?"](#) Ook deze keer weer de aankondiging van een nieuw initiatief. Nu in het thema van de stilte.

Meditatieavond – Stilteavond

Vanaf 6 februari a.s. zal er elke eerste en derde woensdag van de maand een mogelijkheid zijn om je even in de stilte terug te trekken.

*Ben je op zoek naar rust?
Wil je je graag terugtrekken in de stilte?
Heb je nood aan een tegenpool voor het hectische leven?
Wil je graag even tot stilstand komen?*

Ervaar dan de kracht van de stilte tijdens deze avonden!

In een prachtige stille ruimte komen we samen om even een moment van rust of bezinning te ervaren.

Er is de mogelijkheid om samen te mediteren of om te reflecteren over jezelf of een mooie tekst. Maar het kan ook een plek zijn om gewoon even van de stilte te genieten, zonder verplichtingen of verwachtingen.

**"Taking time to do nothing, often
brings everything into perspective."**

~ Doe Zantamata ~

Wil je meer weten? Lees dan [hier](#) verder en hopelijk ontmoeten we elkaar in deze stilte.

Ken je iemand die misschien geïnteresseerd is in de stiltewandeling, de cursus Zelfvertrouwen, de meditatieavonden of graag een gesprek wil met een therapeut rondom hooggevoeligheid, zelfvertrouwen, perfectionisme, faalangst, piekeren, stress, burn-out of depressie? Stuur deze mail gerust door!

Warme groet,

Anke De Vooght
www.samenoppad.be

Stiltewandeling 20 januari 2013

Op zondag 20 januari a.s. organiseer ik weer een stiltewandeling. Deze keer in het Prinsenpark te Retie.

Er gaat een grote kracht uit van het samen wandelen in stilte. En de natuur biedt ons de perfecte gelegenheid om tot stilte te komen. Meer lees je [hier](#).

Meditatieavond – Stilteavond

Vanaf 6 februari a.s. zal er elke eerste en derde woensdag van de maand een mogelijkheid zijn om je even in de stilte terug te trekken.

In een prachtige stille ruimte komen we samen om even een moment van rust of bezinning te ervaren.

Wil je meer weten? Lees dan [hier](#) verder en hopelijk ontmoeten we elkaar in deze stilte.

Cursus Zelfvertrouwen: Wie ben ik?

Per 21 februari 2013 starten we met een kleine, besloten kring de 6-avondencursus zelfvertrouwen.

Zelfvertrouwen = jezelf vertrouwen

Inzicht in “Wie ben ik?” vormt het vertrekpunt voor jouw prachtige reis naar meer zelfvertrouwen!

Wil je meer weten? Lees dan [hier](#) verder en hopelijk ontmoeten we elkaar, zodat we samen deze mooie reis kunnen maken!

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