

VROUWENKRACHT



WEEKENDRETRAITE 29, 30 november- 1 december 2019

Onbewuste patronen sturen je gedachtes en je gedrag. Je hier bewust van maken, kan confronterend zijn, maar levert je altijd meer ruimte en vrijheid om je eigen autonome keuzes te kunnen maken. Het effect van onbewuste patronen komt je tegen in je leven als een herhaling. Een kruispunt waar je eerder bent geweest en telkens de verkeerde afslag neemt, zonder dat je het gevoel hebt dat jij stuurt. Deze weekendretraite gaat over bewustzijn op het blokkeren van je autonomie en het zetten van de noodzakelijke stappen om meer keuzevrijheid te creëren in je leven. Deelname geeft je een groter bewustzijn of en hoe jij je eigen keuzes maakt in je leven, en waar je drijft op wat jou meeneemt zonder dat jij kiest. We werken tijdens de retraite met lichaams- en ervaringsgerichte werkvormen, ademwerk, Dru-yoga en meditatie. We creëren een veilige en inspirerende sfeer om samen in te werken.

We verblijven in het sfeervolle centrum Helios midden in de natuur op de Veluwe. De retraite wordt gegeven door Meis Thewissen en Margreet Smit, lichaamsgerichte therapeuten, natuurgeneeskundige en coach en opgeleid in vele andere werkvormen met een brede ervaring op het gebied trainingen en workshops.

Programma

Vrijdag 29 november 18.00 aankomst, indeling slaapruidtes (tweepersoonskamers, tijdig reserveren!).

Vrijdag 29 nov 19.00 – 22.00 uur

Zaterdag 30 nov 10.00 tot 13.00 – 15.00- 17.30

Zondag 1 dec 10.00 tot 13.00

We sluiten af met een gezamenlijke lunch.

Kosten

Totaal € 395,- euro incl. overnachtingen, koffie en thee, heerlijke vegetarische maaltijden (tweemaal ontbijt, tweemaal lunch en eenmaal diner).

Beddengoed en handdoeken zelf meebrengen. Gemakkelijke kleding is handig.

Aanmelden

mtjthewissen@gmail.com 0622001281

margreetsmit@corekracht.nl 0623696790



Margreet Smit



Meis Thewissen

Voor informatie: bel of mail je vraag

Na aanmelding zenden we je een factuur en je deelname is definitief nadat je hebt betaald.

Annulering

Mocht je toch niet mee kunnen doen dan is annuleren mogelijk tot 1 november waarin je alleen de administratiekosten betaalt van 50 euro.

Van 1 tot 15 november wordt 50% in rekening gebracht.

Daarna ben je gehele overeengekomen bedrag verschuldigd .

Locatie

Helios Centrum Heerde

Badhuisweg 3

8181 RA Heerde (Veluwe)

Tel. +316516 440 83 op werkdagen (behalve woensdag) van 9-13 uur.

www.helioscentrum.nl

