gratis

nr. 15 • juni 2010
Maandblad • Verschijnt niet in januari en augustus

Agenda plus

Weldoen, weldenken, welzijn!

EENVOUD in je leven

- Homeopathie
- Kokosbloesemsuiker
- Coaching op zielsniveau
- Optimisme: staat van bewustzijn

Probeer-pakket Amanvida €9 korting

Verantwoordelijke uitgever: Yves Nevelsteen • Maaltebruggestraat 156A • 9000 Gent • Afgiftekantoor: Brussel X P901078

NIEUW: Bertyn pepersteak. Proef hem.

Smakelijk
Serge Bastiaens
- Chef bij Bertyn -

Bertyn: de filet pur onder de seitan

Proef onze nieuwe pittige pepersteak

Ontdek de pepersteak van Bertyn, de ideale eiwitleverancier om te bakken, koken of te grillen. Deze pepersteak wordt op traditionele wijze vervaardigd van speltseitan. Met een heerlijke, caloriearme en pittige amandel-pepersaus. In de pan of op de grill 5 minuten bakken aan beide zijden. Vervolgens de saus erbij en klaar! Of 5 minuten in de verpakking in kokend water. Je proeft meteen zijn heerlijk zachte beet. Om te smullen! Eiwitrijk, lichtverteerbaar, cholesterolvrij en vetarm. De gezonde vleesvervanger met slechts 94 kcal per 100g. En met de textuur van een filet pur. Bertyn vind je vers in het koelvak van je natuurwinkel.

Tel. 03 620 26 56
Recepten en info:
www.bertyn.be

BERTYN

UITGEVER
Uitgeverij ACCORDIA bvba
Maaltebruggestraat 156A
9000 Gent
Tel.: 0497 549 615
Fax: 070 41 45 39
contact@agendaplus.be
www.agendaplus.be
Rekening: 363-0341596-02

HOOFDREDACTEUR & VERANTWOORDELIJKE UITGEVER
Yves NEVELSTEEN
yves@agendaplus.be

REDACTIE
Heidi GOES
Linda MYS
Lien VAN LAERE

VORMGEVING
Olivier DESURMONT
olivier@agendaplus.be

PUBLICITEIT
Patrick DALLE - 0474 997 085
patrick@agendaplus.be
Linda MYS - 0473 923 466
linda@agendaplus.be

DISTRIBUTIE
Isabelle DESPEYROUX
isabelle@agendaplus.be

OPLAGE
36.000 exemplaren

ABONNEMENT
Ontvang je graag AGENDA Plus rechtstreeks bij je thuis, neem dan een jaarabonnement door 18 euro te storten op onze rekening.

AGENDA PLUS WALLONIË
Jean ANNET - 081 43 24 80
jean@agendaplus.be

AGENDA Plus is gratis te vinden in meer dan 1200 verdeelpunten (www.agendaplus.be/verdeelpunten), waaronder natuurvoedingswinkels, (bio)bakkers, vegetarische restaurants en gespecialiseerde boekenwinkels. Je vindt ons ook op beurzen, in stagecentra en in de wachtzalen van bepaalde therapeuten, osteopaten, acupuncturisten, homeopaten en huisartsen.

Adverteerders zijn verantwoordelijk voor de inhoud van publiciteit.

Verschijnt niet in januari en augustus.
Foto op de cover: montage O.D. © Alx + © Adam Gryko - Fotolia.com

100% Gerecycleerd papier

«Blue Angel» Eural Pro

voorwoord

Minder is meer

Minder is meer

Ken je het spreekwoord 'minder is meer'? Het is de rode draad doorheen dit nummer. We hollen om te hebben, maar we vergeten vaak te zijn. In ons dossierartikel hebben we het over eenvoud in je leven, of over hoe minder ook echt meer kan zijn.

Minder is ook meer als we het over suiker hebben. Genieten met mate is heerlijk. We laten je kennis maken met kokosbloesemsuiker; een natuurlijk, gezond en duurzaam alternatief.

Homeopathie is jou wellicht niet onbekend. Maar hoe werkt dat nu? Wat is dat nu echt? Waar komt het vandaan? En wat blijkt… ook hier is minder weldegelijk meer.

Onze redactrice Lien sprak met Eva Storm van Lazuli-coaching. Door minder labels te kleven, die aantonen welke 'problemen' onze kinderen hebben, kunnen we meer ruimte creëren om hen onvoorwaardelijk te laten groeien tot wie ze werkelijk zijn. Minder labels, meer groei.

Last but not least geven we het woord aan de voorzitter van 'De Optimistenbond'. Minder negativiteit, meer positiviteit. Minder verdriet, meer vreugde. Minder wantrouwen, meer vertrouwen. Minder angst, meer liefde. Minder ik, meer wij.

Veel leesplezier!

Yves Nevelsteen

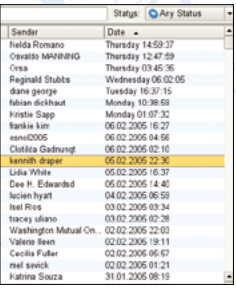
nr 15

voorwoord 3
andere kijk 5
dossierartikel: Eenvoud in je leven 6
meditatie: 15
avant-premières 16
natuurlijke voeding: Kokosbloesemsuiker 19
beter leven: Homeopathie 25
interview: Coaching op zielsniveau 27
positieve actualiteit 40
beter leven: Optimisme, staat van bewustzijn 35
agenda 'van dag tot dag' 46
activiteitenagenda 50
handleiding activiteiten 67
wist je dat? 68
nieuw-pagina 71
lezen & luisteren 72
zoekertjes 74
formulier zoekertjes 76
Vacature Plus 77

Celvernieuwer
Anti-Allergie
Concentratieverhogend
Vochtafdrijvend
effect op spataders
Cholesterol
onder controle
Zuivere vaten
Optimale circulatie
Langer jong en vitaal
Anti-Oxydant
ULTRA PYGENOL
VAS • NET CU
+Omega 3
Infolijn: 052/21 72 39
SANTUREL INTER
Aandacht voor gezondheid en vitaliteit!
Zeelse Baan 14 - 9200 Grembergen
Tel. 052/52 07 38 - Fax 052/52 04 58
order@santurel-inter.com
www.santurel-inter.com

'Het is een nieuwe dag. De weg ligt open.
Er is licht en lucht. Er is niet veel nodig. Er is niet veel nodig.'
[Stef Bos]

De ecologische impact van... ongewenste berichten



Volgens een studie die ICF International op vraag van McAfee uitvoerde, heeft alle wereldwijde spam samen een jaarlijkse $C0_2$-afdruk die gelijkwaardig is aan de uitstoot van 3 miljoen auto's op de weg…Tegelijk met de e-mail, die tot een onmisbaar communicatiemiddel uitgegroeid is, zijn de ongewenste berichten in onze mailboxen beginnen binnenstromen. In zo erge mate zelfs dat spam vandaag als iets normaal of toch minstens als iets onvermijdelijk beschouwd wordt. En nochtans zijn de 62 miljard ongewenste e-mails die elk jaar wereldwijd verstuurd worden, in meer dan één opzicht storend! Tal van studies hebben aangetoond dat de grote hoeveelheid spam geldverslindend is. ICF toont aan dat dit fenomeen ook een zware impact heeft op de planeet! Door het compleet virtuele karakter ervan zou je kunnen denken dat spam geen echte milieu-impact heeft. Maar zoals alles wat op het internet gebeurt, verbruikt ook het zenden van spam energie en ligt dit dus aan de basis van een uitstoot van broeikasgassen. De studie van ICF geeft bijvoorbeeld aan dat een gemiddelde professionele mailgebruiker verantwoordelijk is voor een uitstoot van 131 kg $C0_2$ per jaar, waarvan bijna 29 kg aan spam te wijten is! Op wereldschaal betekent dit een totaal van 17 miljoen ton CO_2 die in de atmosfeer terechtkomen: d.i. 0,2% van de wereldwijde uitstoot! [Bron: OIVO]

Australië stopt vaccinatie van kinderen onder de 5

Artsen in Australië hebben opdracht gekregen om te stoppen met het geven van seizoensgriepvaccin aan jonge kinderen nadat 44 kinderen uren na geïmmuniseerd te zijn ziek werden. De anderszins gezonde kinderen, allemaal jonger dan vijf, leden aan koorts, braken en koortsstuipen na het krijgen van de vaccinatie. Meer dan 20 werden opgenomen in het ziekenhuis en ten minste één kind is ernstig ziek. Omdat Australië richting winter gaat, is het doel van de overheid twee miljoen mensen te immuniseren waarvan aangenomen wordt dat zij het meest risico lopen van influenza. [Bron: The Telegraph]

Fabrikanten auto's mogen motorgeluid kiezen

De EU, Japan en de VS overwegen om autofabrikanten de vrijheid te geven om zelf een 'motorgeluid' te kiezen dat elektrische auto's gaan produceren. Vooral fietsers en voetgangers zouden door de komst van stille, elektrisch aangedreven voertuigen meer kans hebben op een ongeluk. Zij horen deze voertuigen immers niet aankomen. Het kunstmatige geluid zou alleen bij snelheden tot circa 30 km per uur moeten worden geproduceerd, omdat bij hogere snelheden het bandengeruis voldoende geluid maakt. [Bron: tweakers.net]

660.000 ton voedsel in de vuilnisbak

Iedereen is tegen voedselverspilling. Maar meestal voelt niemand zich zelf schuldig. Ze leggen de schuld bij de 'anderen': grootkeukens, school- of bedrijfsrestaurants, warenhuizen enzovoort. Onterecht... In België vliegt elk jaar 660.000 ton voedsel in de vuilnisbak. Dat is puur verlies voor de consumenten, maar het is niet alleen een sociale of economische knoeiboel. Hoewel heel weinig mensen daaraan denken, is het ook een milieuprobleem. [Bron: OIVO]

EENVOUD in je leven

montage O.D. © Alx + © Adam Gryko - Fotolia.com

We leven bij de klok, we consumeren op automatische piloot. Altijd onderweg. Eeuwig onverzadigd. Onze agenda's en huizen slibben dicht. Maar worden we ook gelukkig van dat streef-leven en die overvloed? Misschien zijn de nieuwe rijken wel degenen met tijd en ruimte. Tijd en ruimte om te genieten van het leven, in al zijn prachtige eenvoud.

Geluk mag dan niet te koop zijn, consumeren is voor de doorsnee westerling een tweede natuur geworden. Het zoveelste mobieltje, het zoveelste keukenapparaat, nog maar een nieuwe zomerjurk: we want it all and we want it now. Sneller, nieuwer, beter, meer.

Elk mogelijk object van verlangen is slechts een muisklik of een uitstap naar de dichtstbijzijnde kooptempel van je verwijderd. Want in onze maakbare wereld met zijn 24-uurs-economie is alles te koop, zo wordt ons voorgehouden. En natuurlijk wil je het ook, want je bent het waard. Geen budget meer? Geen probleem. Dan neem je toch gewoon een lening?

Op al die zogeheten luxe staat natuurlijk een prijs. Onze huizen en levens raken overwoekerd door spullen die we soms amper gebruiken. Spullen waarvoor grondstoffen nodig zijn, die ruimte innemen en om onderhoud vragen. En hoe meer we kopen,

hoe meer we moeten werken. In het minst gunstige scenario begraven we onszelf onderweg in schulden. Gulzigheid kan de gezondheid ernstige schade toebrengen... Niet alleen haar bewoners, ook de aarde zelf kreunt steeds harder onder onze consumeerdrift. Sinds 1986 verbruikt de wereldbevolking meer dan onze planeet kan produceren en overschrijden we massaal ons ecologisch budget. De dag waarop de mijlpaal bereikt wordt - vorig jaar was dat op 25 september – heet 'Earth Overshoot Day'. Tijdens de rest van het jaar teren we op het ecologische kapitaal van Moeder Aarde. De keerzijde van de hyperconsumptiemedaille…

Opzij, opzij, opzij

Werken, kopen, werken, kopen: het is de tredmolen waarin het merendeel van de Westerse bevolking rondrent, zoals auteur Dirk Geldof ook schetst in 'We consumeren ons kapot'. Dat rennen mag je overigens best letterlijk nemen. Niet alleen onze voorraadkasten zitten tjokvol, ook onze agenda's lopen over. We willen niet alleen een mooi huis, een of twee grote auto's en de laatste versie van de iPod, we willen ook boeiende hobby's, verre reizen, een rijk gevuld sociaal leven en een platter dan platte buik. Werkdagen en periodes van 'moeten' worden steeds langer, de schaarse momenten van rust steeds korter. Tijd om te dromen, te fantaseren, te creëren of simpelweg te zijn, is er nauwelijks.

Boodschappen doen we al hollend door de supermarkt, thuis nemen we onze toevlucht tot een snelle magnetronmaaltijd om de kinderen op tijd in bed te krijgen en in het beste geval wat me-time over te houden. Er is dan ook nog zoveel te doen… Mails beantwoorden, het wasgoed strijken, rekeningen betalen, bijblijven. De televisie en de computer heersen over ons bioritme, mobieltjes waken trouw bij het bed. Onbereikbaar zijn is not done, nietsdoen haast een hoofdzonde. En hoeveel tijdbesparende toestellen we ook in huis halen, heel wat mensen gaan onder een permanent gevoel van tijdschaarste gebukt. Alleen wie mee crost in de jachtige wedloop naar meer, telt mee. Herman van Veen zong het drie decennia geleden al: we moeten rennen, springen, vliegen, duiken, vallen, opstaan en weer doorgaan. Maar levert dat eeuwige streven ons ook daadwerkelijk geluk op? Stress wordt door de Wereldgezondheidsorganisatie een 'wereldwijde epidemie' genoemd. Depressie is de meest voorkomende ziekte in Vlaanderen. Steeds meer mensen kampen met een burnout. 'Druk-druk-druk' is de vermoeiende mantra die nerveus door onze steden zoemt. Tijdskrediet, ziekteverlof en loopbaanonderbrekingen moeten in de vaak broodnodige adempauzes voorzien. We moeten onze tijd en energie daarenboven zodanig versnipperen, dat we nergens nog onverdeeld aandacht voor kunnen opbrengen. Hoera voor het multitasken; exit toewijding en kwaliteit. Weet iemand de pauzeknop nog zitten?

Lang leve de consumens

Moeder, waarom kopen wij? Op elke straathoek prijkt wel een affiche die je verleidt tot een nieuwe aankoop, supermarkten stallen hun spullen uit volgens een uitgekiend marketingconcept, promotiefolders banen zich een weg naar je brievenbus, de reclame rolt met grote schuimkoppen over elk scherm. Alles wordt uit de kast gehaald om je meer te laten consumeren en je te laten verlangen naar datgene wat je nog niet hebt.

Waar mensen vroeger kochten om in drie basisbehoeften (voedsel, kleding en wonen) te voorzien, is de consumptie tijdens de laatste eeuw kwantitatief enorm toegenomen. In 1950 had je als consument keuze uit zo'n 350 levensmiddelen, een halve eeuw later waren het er zo'n 22.000, vandaag is het aanbod zo gigantisch dat een gewone supermarkt niet meer volstaat om alles uit te stallen. We kopen niet meer louter om in onze behoeften te voorzien, maar als levensvervulling. We consumeren als instant behoeftebevrediging, als troost, als middel om onze sociale status te handhaven en onze identiteit vorm te geven. 'Ik consumeer, dus ik ben' lijkt het nieuwe credo.

Triodos Bank
De duurzame bank

Opgelet:
sparen bij
Triodos kan
de wereld
veranderen.

Bij Triodos rendeert uw spaargeld zoals bij andere banken, met één verschil: wij financieren met uw centen enkel duurzame projecten. Zoals hernieuwbare energie in de strijd tegen de opwarming van de aarde, of microkredieten en eerlijke handel tegen armoede. Gaat u voor een betere wereld? Kies dan voor een betere bank.

Open nu uw spaarrekening.

www.triodos.be
02 548 28 51

Als al die spullen onze levens ook effectief beter maakten en als we er gelukkiger en mooier mensen door werden, was er geen vuiltje aan de lucht. Maar is dat het geval? Wegen de lusten nog op tegen de lasten? Hoe veel we ook hebben, we voelen een tekort. Hoe overvol onze levens ook zijn, we voelen een leegte. Hoe meer we bovendien hebben, hoe meer we kunnen verliezen. En hoe meer we ons identificeren met onze bezittingen, hoe banger we zijn om ze op een dag kwijt te raken. Want wie zijn we zonder onze chique huizen, snelle auto en hippe spelconsoles? Tellen we dan nog wel mee?

Kijken met andere ogen

In zijn boek 'Leve de vrijheid' houdt Brits auteur Tom Hodgkinson een vurig pleidooi tegen 'de tirannie van de mier'. Zijn analyse van de huidige samenleving is eenvoudig: in ruil voor geld en status verkopen we collectief onze ziel. Hoog tijd dus om opnieuw grip krijgen op onze levens in plaats van ons ziek te consumeren. Hodgkinsons advies: stop met kopen, begin te leven. Net zoals Hodgkinson zweren steeds meer mensen wereldwijd bij een terugkeer naar de eenvoud. Ze willen minder rennen en moeten. Minder ballast. Meer ademruimte. Ze stappen vrijwillig uit de consumptietredmolen. Niet vanuit vrekkigheid of vanuit een gevoel van tekort, wel omwille van een herwonnen respect voor zichzelf en voor alles wat hen omringt. Het doel: meer tijd en ruimte creëren voor de zaken die echt belangrijk zijn.

Voor sommigen is daar jammer genoeg eerst een burnout, een levensbedreigende ziekte of het verlies van een dierbare voor nodig, maar zover hoeft het niet te komen. Die mentale klik kunnen we ook maken vooraleer de nood het hoogst is. Vandaag nog, zo we dat willen. Het komt erop aan anders te leren kijken en even de tijd te nemen om onze ware behoeften weer te ontdekken. Pas dan kunnen we afstand nemen van de kunstmatige behoeften die ons dagelijks worden aangepraat.

Als je de inspanning doet om je bewust te worden van het systeem, ben je een heel eind op weg. Je moet geen marketingexpert zijn om in te zien dat reclame de werkelijkheid door de band genomen flink manipuleert. Het kan erg leuk en handig zijn om te weten te komen dat het product waar je al een tijdlang naar op zoek was om de hoek te koop is en nu aan een promotietarief aangeboden wordt, maar waak erover dat jij de reclame gebruikt. Niet andersom. Het is vooral zaak de consumeerspiraal te doorbreken door niet langer reflexmatig aan elke prikkel toe te geven. Kortweg: eerst denken, dan betalen.

© Joseph Helfenberger - Fotolia.com

Minder is meer

Velen denken dat ze door eenvoudiger te leven een heleboel aan zich voorbij laten gaan. Dat consuminderen aan overjaarse hippies voorbehouden is en synoniem staat voor een minder rijk leven. Het tegendeel blijkt waar. Wie ruimte schept in zijn omgeving door komaf te maken met de vermoeiende overvloed, krijgt vaak een

Wellness Sleep®

Als herboren ontwaken

www.wellness-sleep.be

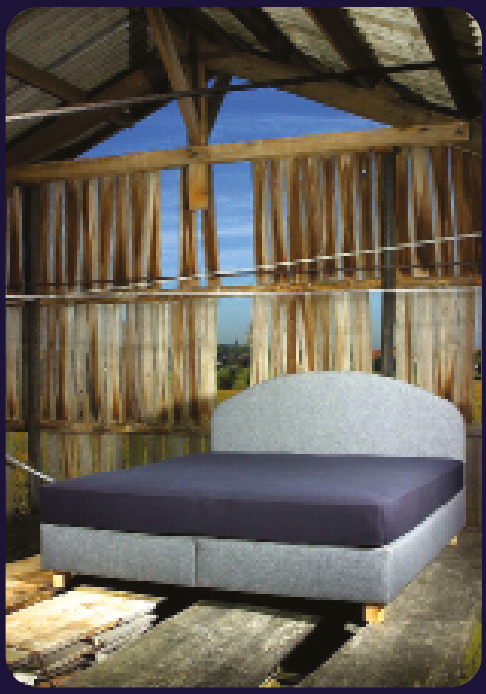
De naam Wellness Sleep is niet zomaar gekozen. Door onze jarenlange ervaring in het slaapcomfort merken we dat goed slapen lang niet voldoende is, maar dat een gezonde nachtrust van uitermate groot belang is. Daarom leggen we bij Wellness Sleep de nadruk op 'droog slapen'.

Wij kunnen niet genezen, maar staan steeds meer en meer versteld van wat een droog bed voor uw gezondheid kan betekenen. Heeft u last van astma, eczeem, reuma, artrose, spierpijnen, huisstofmijtallergie? Komt u met lage rugpijnen of nog vermoeid uit bed? Kan u niet uitslapen? Moet u eerst een half uurtje rondlopen vooraleer uw spieren terug zijn opgewarmd? Slaapt u onrustig?

Leg niet alle schuld bij uzelf en laat u informeren wat 'droog slapen' voor uw nachtrust en lichaam kan betekenen.

U merkt bij ons wat we bedoelen met 'mag het eens wat anders zijn'. Wij geven u duidelijke en eerlijke informatie over het hoe en waarom, in een ontspannen sfeer, zonder aankoopverplichting. Onze garanties en service staven ons verhaal. Wie kan er 10 jaar garantie geven op zijn producten zonder te werken met kwaliteit en degelijkheid?

- 10 jaar garantie
- Gunstige prijzen
- Ongeëvenaarde kwaliteit
- Ambachtelijk vervaardigd



Herentalsesteenweg 2a 2280 Grobbendonk • Tel 014 51 41 14

grote innerlijke rijkdom, meer vrijheid en meer tijd voor creativiteit in de plaats. Dat je op die manier ook geld overhoudt dat je duurzaam kunt besteden aan die zaken die wél belangrijk voor je zijn, krijg je er als bonus bovenop. Niet meer uitgeven dan je hebt, is alvast een goede eerste stelregel. Of het nu om tijd, geld of energie gaat.

Lichter leven vraagt wel moed en inspanning. De moed om je los te maken uit de massa, de inspanning om zelf na te denken over wie je wil zijn. Het komt erop neer bewust stil te staan bij de manier waarop je door het leven wilt gaan en vervolgens te bepalen welke bagage je daarvoor nodig hebt. Het overtollige overboord gooien betekent keuzes maken. Je leven in eigen handen nemen, dat doe je door grenzen te bepalen en neen te leren zeggen. Door minder op routine te leven, je minder aan zekerheden vast te klampen en meer ruimte te laten voor de kleine verrassingen van alledag. Zo wordt bewust met minder leven niet alleen een boeiend, maar ook – hoe paradoxaal het dan wel mag klinken – bijzonder verrijkend avontuur.

Ruimte voor het nieuwe

Wie echt voor een eenvoudiger, vrijer leven wil gaan, gaat nog een stapje verder en houdt niet alleen grote schoonmaak in zijn bezittingen en consumeerpatronen. Ook mentaal sleuren we vaak heel wat ballast met ons mee waarin flink gesnoeid kan worden. Denk maar aan zorgen, oude relaties die je niet meer voeden, ongezonde eetpatronen, onverwerkte zaken en onafgewerkte taken. Stuk voor stuk zijn het energievreters die je liever kwijt dan rijk bent. Haal dus niet alleen de borstel door je kasten, maar schud op regelmatige tijdstippen ook eens je emotionele en sociale knapzak voor een grondige schifting leeg.

Pas door datgene te durven loslaten wat je niet meer voedt, maak je ruimte om te genieten van het nieuwe: nieuwe ervaringen en ideeën, nieuwe contacten en activiteiten.

Orde scheppen waar chaos heerst, kost tijd. Hoe langer je de rivier van je leven hebt laten dichtslibben, hoe meer baggerwerk het vergt om komaf te maken met alles wat je ervan weerhoudt om vrij door het leven te stromen. Maak van het baggeren een plezier en houd voor ogen dat een grote schoonmaak je heel wat frisse ruimte en energie oplevert. Is het niet vandaag, dan wel morgen.

Een kwestie van evenwicht

Moeten we dan maar met zijn allen ritueel onze kredietkaart doormidden knippen? Moeten we onze televisie en auto resoluut de deur uit knikkeren? Onze eigen groenten gaan verbouwen, ons eigen brood bakken en zelf onze kleren naaien? Natuurlijk niet. Het mag best, en veel consuminderpioniers voelen zich zeer gelukkig bij die levenswijze, maar het hoeft niet per se zo extreem.

© Boguslaw Mazur - Fotolia.com

GRATIS INFO AVOND
OP 22 JUNI
OM 19h30

PROFESSIONELE OPLEIDINGEN

10° jaargang
Certificaat Erkenning IHF en ICSA

COUNSELING COACHING
INNER TUNING®
STRESS COACHING
CRANIO SACRAAL THERAPIE
Basiscursus
& Totaalopleiding

INDIVIDUELE SESSIES

Cranio Sacraal Integraal Therapie
Psychotherapie, Counseling Coaching, Trauma Therapie
Stress Coaching, Deep Stress Release, Inner Tuning®

KORTING BIJ VROEGE BOEKING!

Locaties: de Reliantie Kortrijk en Antwerpen, tel 056/41 03 10 en 0477/51 01 01, info@reliantie.org www.reliantie.org

Weet u hoe écht zuiver en vitaal water smaakt?

Een eigen filter- en vitaliseringssysteem thuis of in uw zaak:

De smaak van vers bronwater
Pure ontgifting
De perfecte huidverzorging
Gezonde babyvoeding
Zorg voor het milieu
Gerechten smaken beter
Nooit meer met flessen sleuren!

WATERAVONDEN

Gratis lezing "de waarheid over water"
BRUSSEL • woensdag 23 juni
ANTWERPEN • dinsdag 8 juni
WEST-VLAANDEREN • dinsdag 22 juni

www.eoli.be

contact: 03 899 05 55

In samenwerking met de Haa2ooH
waterconsulenten - www.haa2ooh.be

Eoli
Elements of Life

Anders en bewuster gaan leven is een heel persoonlijke evenwichtsoefening. Hoed je ervoor dat het consuminderen geen nieuwe egostrijd wordt. Het is niet de bedoeling dat we met elkaar gaan wedijveren als in 'Kijk eens hoe weinig ik heb en hoe ver ik kan gaan: ik heb niet alleen mijn huis van de hand gedaan, maar ook mijn fiets, mijn computer en mijn bedframe!'

Het gaat om het vinden van een gezond evenwicht. Om duurzame keuzes leren maken, waar zowel jij als de wereld beter van worden. Het komt erop aan je eigen waarden en noden onder de loep te nemen en te leren inschatten waar voor jou de overvloed begint. Wat vind je belangrijk genoeg om te behouden? Wat maakt je gelukkiger? Wat maakt je leven écht leuker, praktischer, waardevoller? Wat voedt jouw levenskracht? En wat zijn de zogeheten zekerheden die je weinig méér opleveren dan kopzorgen? Door je prioriteiten in kaart te brengen, kun je jezelf een levenswijze aanmeten die die prioriteiten ook reflecteert. Een oefening die je automatisch meer ruimte in je portemonnee, je huis, je agenda en je hoofd oplevert, met een vrijer en meer vervullend leven als resultaat.

© Charly - Fotolia.com

Ontlasten, onthaasten, ontmoeten

Wie bewust de oefening maakt om voor kwaliteit in plaats van kwantiteit te kiezen, ervaart daarvan al snel de voordelen. Wie leert kiezen, ziet al snel in dat hij er – op enkele illusies en een hoop ballast na – vaak weinig bij verliest. Integendeel. Het kan zo bevrijdend zijn om niet meer mee te doen met de gekte van de maatschappij en weer ruimte te creëren voor wat echt belangrijk is.

Wie meer gaat focussen op ervaringen dan op het vergaren van bezit, meer investeert in zijn innerlijke leven dan in de staat van zijn bankrekening, ondervindt al snel dat de meest waardevolle dingen niet te koop zijn. En dat het leven, ook in deze hectische tijden, verrassend eenvoudig kan zijn.

Lien Van Laere

Bronnen & lectuur

'Gelukkig leven zonder overvloed – Het grote avontuur van onze tijd', Josef Kirschner (ISBN 978 90 2297 715 6)
'We consumeren ons kapot', Dirk Geldof (ISBN 978 90 5240 970 2)
'Simplify Life', Sjoukje van de Kolk (ISBN 978 90 4910 209 8)
'Eenvoud in je leven, eenvoud in jezelf – 174 manieren om tot rust te komen en te genieten van de dingen waar het echt om gaat', Elaine St.-James (ISBN 978 90 4430 142 7)
'Leve de vrijheid – Hoe ontkom ik aan de cultuur van het moeten', Tom Hodgkinson (ISBN 978 90 2907 919 8)
'Het leven is nooit bedoeld een harde dobber te zijn', Stuart Wilde (ISBN 90 6378 614 X)
www.simplifylife.nl
www.zenhabits.net

Ontdek ginsengkoffie

Met suiker

Zonder suiker

Biologisch

De ginsengkoffie van GMB, de eerste van zijn soort, is een speciaal mengsel van fijn instantpoeder van Arabica-koffiebonen en exclusieve ginseng-extracten van rode ginsengwortels.

Deze speciale ginsengkoffie heeft een aangename smaak en een heerlijk aroma. Het is een verfrissende drank waarvan je dagelijks zult genieten! Er zijn veel producten waar ginseng in verwerkt is. Over het algemeen wordt gewerkt met essences, maar in onze koffie is ginsengextractpoeder toegevoegd, waardoor de werking van de ginseng effectiever en merkbaar is.

Ginsengkoffie van GMB bestaat in drie versies: met suiker, zonder suiker en bio.

De ginsengkoffie met en zonder suiker zit verpakt per 10 handige individueel verpakte sticks en bevat plantaardige melkpoeder.

De bio-versie zit in pakjes van 150 gr en bevat geen melk. Afhankelijk van de grootte van het kopje en uw persoonlijke smaak haal je ongeveer 100 kopjes uit een verpakking.

GMB ginsengkoffie is verkrijgbaar in natuurvoedingswinkels.

Alle info

GMB - Oscar Enterprises
Nieuwstraat 51
9100 Sint-Niklaas
03 722 18 88
info@oscargmb.com
www.ginsengcoffee.eu

eenvoudig leven

Leef eenvoudig
opdat ook anderen
eenvoudigweg kunnen leven.

Mahatma Gandhi

© Dencil Manayak

Krishnaraj
A new beginning

Krishnaraj, één van de voornaamste medewerkers van de One World Academy, heeft zich de laatste 12 jaar toegewijd aan het zoeken naar de spirituele en psychologische waarheid in zichzelf. Een reeks van diepgaande spirituele belevenissen en ervaringen als 16-jarige gaven aanleiding tot zijn beslissing om mensen te helpen hogere niveaus van bewustzijn, groei en vervulling te bereiken in hun leven.

De One World Academy is een nieuwe, wereldwijde organisatie die individuen en groepen naar een diepere staat van bewustzijn begeleidt.

Op 10/6 geeft Krishnaraj samen met Francis Vermeulen een lezing over 'De weg naar Bewustwording' en van 25 tot 27/6 geeft hij de cursus 'A New Beginning'. Meer info vind je in 'Van dag tot dag' en in de agenda bij 'Persoonlijke ontwikkeling'.

Frank Coppieters
Sjamanisme

Frank Coppieters geeft samen met zijn vrouw Kathy (Portland, Oregon) workshops over de hele wereld. Ze hebben elkaar in 1984 ontmoet op een ecologische boerderij in een Osho-commune en hebben het grote voorrecht gehad om op hun pad een aantal heel bijzondere leraren te ontmoeten. Op de lijst staan o.a. Krishnamurti, Eckhart Tolle en Chögyam Trungpa. Frank is spiritueel leraar, sjamaan en energetisch genezer. Hij ontving onderricht van diverse sjamanen over de hele wereld, gaf demonstraties op internationale conferenties en heeft zowel in de V.S. als in Europa al veel mensen getraind in dit pad. Hij werkt vanuit het hart, heeft veel zin voor humor en weet een veilige sfeer zonder oordeel te creëren. Als reiki-meester brengt hij altijd een element van healing in zijn groepen.

Van 9 tot 13/6 geeft Frank samen met zijn vrouw Kathy een workshop over Mystieke liefde in Bois-le-Compte. Meer info vind je in de agenda bij 'Sjamanisme'.

Lies Ameeuw
Ayurveda

Lies Ameeuw had al vroeg interesse in voeding en de werking die voeding op het lichaam heeft. Ze was ervan overtuigd dat het lichaam het vermogen had om zichzelf van ziekte en ongemak te herstellen, wanneer het op de juiste manier werd behandeld. Omdat ze wilde weten hoe, volgde ze talloze cursussen en opleidingen in de natuurgeneeskunde. Maar toen ze tijdens een reis in India in aanraking kwam met de Ayurveda, vond ze pas echt wat ze zocht. Een geneeswijze die lichaam en geest als eenheid behandeld. Ze begon zich in de Ayurveda te verdiepen en was de eerste Belgische die Ayurvedische producten begon te importeren. Na verloop van tijd richtte ze de School van Ayurveda op. Lies heeft een eigen stijl van lesgeven, ze behandelt de Ayurveda in de breedste zin van het woord. Er is aandacht voor spiritualiteit, het eigen proces, communicatie, observatie, mindfulness. In 2010 verschijnt haar eerste boek.

Op 13 juni presenteert Lies Ameeuw haar boek 'Genezen vanuit het hart' in de School van Ayurveda in Gent. Meer info vind je in de agenda 'Van dag tot dag'.

Suze Besseling
Water en edelstenen

Suze Besseling heeft twee levenslange passies: water en edelstenen. Ze combineert de kracht van deze twee oerelementen in haar workshops over het vitaliseren van water met edelstenen. Haar zoektocht naar een steeds zuiverder basis voor haar werk bracht haar tot bij het filtersysteem van Haa2ooH, en dat leidde als vanzelfsprekend tot de volgende stap. Als enthousiaste waterconsulente geeft ze vanuit haar brede ervaring professioneel advies over gezuiverd en gevitaliseerd water – de basis van gezondheid en levenskracht. Ze verwerkt haar inzichten als holistisch coach en de inspirerende ideeën van Masaru Emoto tot een harmonieuze, doorleefde begeleiding die toch op individuele leest geschoeid is.

Op 12/6 organiseert Suze een waterproeverij in Turnhout. Meer info vind je in de agenda 'Van dag tot dag'.

De nieuwe instant oploskoffie met Ginseng !

Deze fijne koffie, gemaakt van de Arabica boon, bevat 1% ginseng. Hij combineert de smaakaroma's van koffie met het opwekkende gevoel van ginseng, als bron van energie. Een bijzondere ervaring voor zij die klaar zijn voor een nieuwe smaak.

Proef hem en geniet van het intens genot !

Kijk snel op ***www.ginsengdeluxe.be*** *voor een verkooppunt in jouw buurt.*

natuurverven met kleurmengmachine
kleurrijke cementtegels
bamboeparket
tadelakt kalei oliën boenwas
natuurdrogisterij
kleuradvies
workshops:
verftechnieken, tadelakt, kalei, enz

huis van haaz
kleur en natuur

open van dinsdag tot zaterdag van 10 tot 18 uur
Turnhoutsebaan 337
2140 Antwerpen-Borgerhout
tramhalte Roma - parking achteraan
www.huisvanhaaz.be
info@huisvanhaaz.be
tel&fax: 03/272 32 77

Kasteel De Schans

Cursuscentrum voor persoonlijke ontwikkeling en bezieling
Kasteelstraat 18 - 3680 Opoeteren (B) - Postbus 10413- 6000 GK Weert (NL)

Website: www.kasteeldeschans.com
Tel: +32-(0)89-629262

Kasteel De Schans is een cursuscentrum in de ongerepte natuur van Opoeteren. Je kunt er workshops, lichaamsgerichte therapie en trainingstrajecten over relaties, seksualiteit, man- en vrouwzijn volgen.

Nog geen vakantie geboekt? Kom naar ons **vakantieavontuur van 25 juli t/m 15 augustus 2010.**

Naast veel workshops voor volwassenen zijn er speciale activiteiten voor kinderen, tieners en jong volwassenen.

In september begint het nieuwe seizoen, waarin we je graag warm welkom zullen heten op Kasteel de Schans.

Op onze website **www.kasteeldeschans.com** vind je alle informatie over het vakantieavontuur en onze trainingen en workshops.

Nic Balthasar
Filmmaker & organisator

Nic Balthazar (1964) studeerde Germaanse talen aan de universiteit van Gent, met als specialisatie Nederlands en Zweeds. Hij is o.a. bekend van zijn filmprogramma 'Filmfan' op Canvas, waar hij films inleidt en van het reisprogramma 'Vlaanderen Vakantieland' waarvoor hij reportages maakte in binnen- en buitenland. Naast columns en artikels voor verschillende dag- en weekbladen schreef Nic Balthazar ook de jeugdroman Niets. In 2006 regisseerde hij een film die gebaseerd was op het verhaal van dit boek: Ben X.

Door het organiseren van manifestaties als The Big Ask en The Big Ask Again is Nic Balthazar zo'n beetje ethisch Vlaanderens favoriete BV geworden. Hij steunt o.a. acties van de vzw's Ethisch Vegetarisch Alternatief en de Optimistenbond.

Op 20/6 houdt Nic Balthasar een lezing op het eerste colloquium van de Optimistenbond in Brussel. Meer info vind je in de agenda 'Van dag tot dag'.

Frank Polders
Coaching en therapie

Frank Polders, bezieler van Helica, is psychotherapeut, coach en trainer. Hij is opgeleid in orthopedagogie en volgde relatietherapie, familie-opstellingen en verslavingszorg. Hij schoolde zich ook in transpersoonlijke therapie en systeemdenken. Tevens is hij natuurgids en volgde hij een jaartraining massage. Ervaring deed hij o.a. op in opvangcentra, in een centrum geestelijke gezondheidszorg, in een therapeutische gemeenschap, in een therapeutische groepspraktijk en in zijn privépraktijk. Frank houdt lezingen in verscheidene centra en geeft de training IK EN IK: hoe liefdevol omgaan met jezelf en IK EN JIJ EN IK: hoe liefdevol omgaan met de andere(n). Het organiseren en begeleiden van Naturefulness, een concept door hem ontworpen, is één van zijn passsies.

Op 13/6 gidst Frank naturefulness in Stekene. Op 4/7 organiseert hij in Stekene een introductiedag IK en IK. Meer info vind je in de activiteitenagenda bij de rubiek 'Persoonlijkheid en menselijke relaties'.

Cranio Sacraal voor Iedereen
Nu ook in Gent en Breda
Voor Inlichtingen:
Cranio Sacraal voor Iedereen bvba
09/223.95.10
e-mail: tina.vervaeke@skynet.be

Pilates opleiding
l.s.m. Ernie Prevoo
5 dagen over 2 weekends
Yoga Opleiding
l.s.m. YogaLife Foundation
200 uur over 6 maanden
PILATESbootcamp.be
Aanbevolen door Joke van de Velde,
(miss België 2000) - Release in mei 2010
opleidingen tot lesgever
- Powered by Shambho -
SHAMBHO
BODY & MIND
meer info via www.shambho.com, info@shambho.com of 09 333 80 00 - Zuiderlaan 1-3 bus 1, 9000 Gent

© Eating Asia

Kokosbloesem-suiker

Duurzaam zoet

Dat geraffineerde witte suiker geen cadeau is voor je lichaam, daarover zijn we het ondertussen wel zowat met zijn allen eens. Gelukkig zijn er voor de zoetekauwen onder ons ook alternatieven voorhanden met een minder kwalijke reputatie. De laatste zoete nieuwkomer in onze contreien is kokosbloesemsuiker. Gandhi was alvast fan.

Suiker gaat over de tongen. Letterlijk en figuurlijk. Je vindt suiker immers niet alleen in een gigantische hoeveelheid producten terug, het is ook een van de meest besproken voedingsstoffen van de voorbije decennia. Dat de voedingsindustrie dol is op het witte goedje, is niet zonder reden: de zoetmaker is niet alleen erg goedkoop als grondstof, hij legt ook de verkoop geen windeieren, want zoet smaakt niet alleen zoet, zoet smaakt ook naar méér.

De zoete zonde

In de wereldeconomie mag de witte zoetmaker dan een belangrijke speler zijn, als het over de gezondheid van de mens gaat, heeft suiker op zijn zachtst gezegd een minder gezonde reputatie. De bewijzen dat suiker schadelijk is voor het lichaam stapelen zich in een hoog tempo op, zeker wanneer zij in grote hoeveelheden geconsumeerd wordt. Een ziekmakend, verslavend vergif dat roofbouw op je lichaam pleegt en je zowel fysiek als psychisch uit balans brengt, zo klinkt in een notendop de smet op het suikerblazoen. Ook de synthetische zoetmakers die uitkomst moesten bieden, liggen al jarenlang flink onder vuur omdat ze het lichaam meer kwaad dan goed blijken te doen. En toch… toch heeft suiker ons in de greep en hunkert een groot deel van de bevolking naar zijn dagelijkse portie zoet. Dilemma.

Natuurlijk zoet

Wie zijn suikerconsumptie wil indammen en op zoek gaat naar zoetmakers met een minder kwalijke reputatie dan deze van de geraffineerde witte suiker, ontdekt al snel dat er een hele waaier aan alternatieve voorhanden is. Alternatieven die weliswaar anders smaken, wat vaak een portie bereidwilligheid en een zeker gewenningsproces vraagt, maar die na een tijd meestal zelfs de smaakpapillen van de rasechte zoetekauw kunnen bekoren. Denk maar aan ahornsiroop, melasse, agave, maïsmout-, dadel- en rijststroop en het in alternatieve milieus bijzonder populaire stevia. Dé nieuwkomer in onze winkelrekken is kokosbloesemsuiker – ook bekend als kokossuiker of palmsuiker. Even kennismaken.

De veelzijdige kokosboom

Kokospalmen worden door veel traditionele gemeenschappen over heel de wereld als levensboom beschouwd, omdat ze een veelheid aan toegankelijke producten opleveren die in het levensonderhoud van een grote groep mensen voorzien. De kokosbladeren worden gebruikt als dakbedekking, de vruchten voorzien in voedsel, drank, olie en suiker en ook het hout kan worden verwerkt. Van bezems en sieraden tot schaaltjes en matrassen: de kokosboom heeft heel wat natuurlijke geschenken te bieden. Op ecologisch vlak verdient de tropische boom bovendien zijn strepen door het zeer lage waterverbruik dat er tegenover staat. Maar laten we bij de les blijven… we hadden het immers over suiker.

Met de zegen van Gandhi

Al sinds jaar en dag klimmen traditionele Javaanse suikertappers hoog in de kruin van de wiegende kokosbomen om er hun zoete nectar te oogsten. Daar snijden ze de bloesems – zo'n 8 tot 15 per jaar per boom – voorzichtig open om het sap er te laten uitvloeien. Dan wordt de verzamelde ongefermenteerde nectar in een ketel boven het houtvuur ingekookt, waar hij langzaam wordt omgeroerd tot een rijke, ongeraffineerde suiker met een heerlijk zachte karamelsmaak. Een ware weldaad voor de smaakpapillen. De suiker zou omwille van zijn lage glycemische index en hoge antioxidatieve waarde een interessant alternatief zijn voor diabetici en duursporters. Ook Mahatma Gandhi verklaarde zich volgens bepaalde geschriften fan. Hij beschouwde de productie van kokossuiker als een goede manier om de armoede tegen te gaan, omdat de suiker alleen daar kan geproduceerd worden waar palmbomen staan en moeilijk kan verwerkt worden in fabrieken. En ook Gandhi zag de suiker als een gezonder alternatief voor geraffineerde suiker, omwille van de tragere opname in het bloed.

Een duurzaam alternatief

Door met microproducenten te werken en de traditie van de kleinschalige productie in ere te houden, is de fairtrade productie van kokosbloesemsuiker daarenboven een gemakkelijke manier om een beter leven te creëren voor de suikertappers en hun gezin. Iets wat de Voedsel- en Landbouw Organisatie FAO niet is ontgaan, want zij riepen kokossuiker uit tot de meest duurzame suiker. Een gemiddeld gezin in Java heeft 10 tot 30 kokosbomen in de eigen tuin staan, die per zes maanden oogst samen zo'n 1250 tot 3750 kilo suiker opleveren. De kokosboom kan een gezin dus een heel jaar lang van een gezinsinkomen voorzien. Dan rest ons enkel nog het genieten van dit zoete palmboomgeschenk. In pannenkoeken, warme dranken of – waarom niet – salades. Wij geven je ter inspiratie alvast een lekker recept mee. Ons advies? Serveren met liefde, degusteren met smaak!

Yves Nevelsteen

Fris zomers receptje

Thaise komkommersalade
met kokosbloesemsuiker

Ingrediënten (voor 2 personen)

1 komkommer, 1 kleine ui, 1 koffielepel geraspte verse knoflook, Gula Java Kokosbloesem suiker, 1 EL limoensap
1 EL sojasaus met gember, snuifje cayennepeper, snuifje ongeraffineerd zeezout

Bereidingswijze

Snijd de gewassen komkommer in de lengte in twee en verdeel de twee helften in dunne plakjes. Bestrooi de komkommer met 1 koffielepel suiker en laat een kwartiertje marineren. Meng de uiringen onder de komkommer en bestrooi het geheel met een snuifje suiker en ongeraffineerd zeezout. Klop het limoensap en een koffielepel kokosbloesemsuiker in een aparte kom met een garde tot de suiker helemaal opgelost is en giet het sap over het slaatje. Serveer en geniet!

Gula Java van Amanprana helpt 2.000 families in Kulon Progo aan extra inkomen en jij geniet op elk moment van de dag van de zoetheid en zachte karamelsmaak

Amanprana werkt voor haar kokosbloesem suiker samen met Lestari Mandiri, Fairworld en Hivos. Lestari is een associatie die wedijvert voor de belangen van kleinschalige boeren en hun families in centraal Java. Hivos is een humanistische organisatie die staat voor een faire, vrije en duurzame wereld. Een organisatie die ook staat voor gelijke kansen voor mensen. In de provincie Kulon Progo, centraal Java, waar één van de boerenverenigingen van Lestari aanwezig is, werken we ook samen met Fairworld, die erop toeziet dat de oogst en productie van onze kokosbloesem suiker met bio en fair trade principes gebeurt. Beide zijn lid van Organic Alliance, een organisatie die wedijvert voor meer bio in Indonesië. Samen trachten we 2.000 families in Kulon Progo een extra inkomen te geven en hun eco habitat te beschermen. De kokosbomen in hun tuinen brengen nu een eigen oogst op. Door de snelle fermentatie kan het indikken van de nectar tot suiker alleen lokaal gebeuren. Kokosbloesem suiker is door de Voedsel- en Landbouw Organisatie FAO uitgroepen tot meest duurzame suiker.

Wat is 'Gula Java'? Gula Java is de kokosbloesem suiker uit Java. De zoete nectar van de kokosbloesem is een gekoesterde rijkdom, door tappers hoog in de kokosbomen geoogst. Boven het houtvuur in de ketel verandert de nectar langzaam roerend in een heerlijke, ongeraffineerde rijke suiker. Om jou op elk moment van de dag te laten genieten van haar zoetheid en zachte karamelsmaak.

Gula Java (kokosbloesem suiker) kan je gebruiken ter vervanging van riet- of bietsuiker, agave, ahorn of siroop. In thee en koffie, heerlijk op appels in de oven, gebakken bananen, pannenkoeken, taarten, wafels, gebak en cake. Perfect in cocktails (vb Mojito, Caipirinha,...). Als decoratief suikerrandje aan je glas. Om gerechten af te werken en Aziatische recepten met Gula Java hun authenticiteit te geven. Ideaal tussendoortje voor extra energie.

Per 100g	Gula java Amanprana	bruine suiker	witte suiker
Stikstof	202 mg	10	0
Fosfor	79 mg	3	0
Kalium	1030 mg	65	2.5
Calcium	6 mg	24	6
Magnesium	31 mg*	7	1
Chloor	470 mg	18	10
Zwavel	26 mg	13	2
Borium	0,6 mg	0	0
Zink	2,2 mg	0,2	0,1
Mangaan	0,26 mg*	0,2	0
Ijzer	5,1 mg*	1,3	0,1
Koper	0,35 mg*	0,06	0,06
Chroom	12 ug	-	0
Inositol	258mg*	-	-

Bron: SGS Filippijnen en SGS Antwerpen*

Michael Phelps, Olympisch zwemkampioen, dronk magere chocolademelk en geen sportdrank. Diverse onderzoekers bevestigen dat je met magere chocolade drank sneller herstelt van zware fysieke inspanningen dan met sportdranken. Gula Java Cacao levert veel koolhydraten en voldoende eiwitten tijdens sportprestaties. Gula Java is verkrijgbaar als ongeraffineerde bloemsuiker, kristalsuiker, klontjes en cacao. Verkrijgbaar in natuurwinkels of thuisgeleverd via www.amanvida.eu.

Info: tel 03 653 25 41
www.noble-house.tk

"Het gebruiken van kokosbloesem suiker is een manier om de armoede van de aarde op te lossen. Het sap van de kokosboom kan getransformeerd worden tot suiker zo zacht als honing... De natuur creëerde de nectar die niet kan verwerkt worden in fabrieken. Men kan kokosbloesem suiker alleen daar produceren waar er palmbomen zijn. De lokale bevolking kan van de nectar gemakkelijk suiker maken. Het is tegengif voor miserie."

- Gandhi, 3 mei 1939 -

Glycemische Index GI: hoe lager de GI, des te stabieler je suikerspiegel

Orac-waarden: hoe hoger de Orac, des te meer antioxidanten je voeding bevat

AMAN PRANA
SERENE LEVENSKRACHT

CHIness Centre

Graystraat 4 - 1040 Brussel

Opleidingen

- Quantum Touch en andere energetische helingstechnieken.
- Tao seksuele praktijk
- Chi Nei Tsang massage
- Qi Gong leraren opleiding
- Feng Shui, enz.

www.chinesscentre.be
info@chinesscentre.be
0474 269 862

workshops | cursussen | opleidingen

vormingscursussen op het vlak van natuurlijk leven, persoonlijke ontwikkeling, spiritualiteit en gezondheid

oostwestcentrum

van nature inspirerend

www.owc.be

Soulmade

de aardevriendelijke conceptwinkel

Kleur je leven met conceptwinkel Soulmade

Nieuwe lentecollectie in bamboe & biokatoen • Kleurrijke kinderkleding (0-6 jaar) in biokatoen • Restyling van bestaande kledij • Juwelen
Creatieve workshops vol inspirerende ideeën het hele jaar door.
Stationsstraat 100,1730 Asse. 02 305 53 90. Tegenover station (gratis parking)

www.soulmadecreations.be

Nieuwsbrief ontvangen? Mail naar: soulmade@telenet.be

De Postelein

BIO-RESTAURANT
OPEN van 11u30-14u30. Op vrijdag- & zaterdagavond ook van 18u tot 22u
Gesloten op maandag

BIO-GROENTEN- EN FRUITKRAAM
Woensdag: 16u-19u, parking achter restaurant.
Zaterdag: 8u-12u, markt Waregem

Een uniek concept...
Uw dagelijkse portie **biologische voeding**: keuze uit 2 dagschotels;
een vlees- of vegetarische variant, met een zeer ruim assortiment koude & warme groenten, vanaf 9.50 euro p.p.
Specialiteiten: dagschotels, stoofpotjes à la carte, seizoenssalades.

Versheid troef...
Omdat wij samenwerken met bio-boeren uit de regio (Kortrijk-Brugge). Verse bio-groenten en –fruit, **recht van het veld in ons marktkraam** op woensdag en zaterdag.

De Postelein • Holstraat 40 • 8790 Waregem • www.postelein-waregem.be
056 60 55 03 • 0478 568 491

DE KRACHT VAN HOMEOPATHIE: MINDER IS MEER

Homeopathie is de therapie gebaseerd op de inzichten van Dr. Samuel Hahnemann. De principes die hij uittekende voor de behandeling van zieken staan haaks op de vroegere en huidige gangbare medische praktijken. Ze worden nu, 200 jaar later, nog steeds door hedendaagse homeopaten gevolgd.

Oorsprong

Hahnemann werd geboren in 1755 in Meissen bij Dresden (Duitsland) en is gestorven in 1843 in Parijs. Hij studeerde scheikunde en geneeskunde aan de universiteit van Erlangen. In 1780 begon hij zijn eerste artsenpraktijk. De universitaire medische leer van die tijd probeerde 'ziektematerie' uit het lichaam te verdrijven door braakmiddelen, laxeren, speekselvloed, zweetdrijvende middelen en diuretica, trekpleisters, fontanellen enzovoort. Hahnemann raakte ontmoedigd door de resultaten van deze methode en stopte zijn medische praktijk. Om in zijn levensonderhoud te voorzien ging hij medische werken vertalen en nam zo heel wat vakliteratuur door.

Geneesmiddelproeven

In 1790 vertaalde Hahnemann 'A treatise of the Materia Medica' van Dr. William Cullen. Daarin besprak Cullen de werkzaamheid van kinabast (kinine) bij malaria. Cullen beweerde dat kina malaria kan genezen omdat de stof zo bitter en samentrekkend is. Hahnemann merkte op dat er stoffen bestaan die veel bitterder en meer samentrekkend zijn, maar die toch in de verste verte geen malaria kunnen genezen. Hij nam kinabast in om te zien wat het werkelijke effect van dit middel was en stelde vast dat hij nu zowat alle symptomen van de malariakoorts vertoonde. Op basis van dit experiment kwam hij tot de hypothese dat kina malaria kan genezen omdat het in staat is bij

de Katalysator

Gebaseerd op het P.I.E-systeem®

Zacht, kristalhelder water,
vers en licht,
geregenereerd en geharmoniseerd
op de meest subtiele
vibratoire niveaus

uit al uw kranen

Makkelijk te plaatsen
op de hoofdkraan

PRAKTISCH – SPAARZAAM

Ontdek andere toepassingen
van het P.I.E.-systeem ®

De ervaring zich te douchen
als onder een
verfrissende waterval

ECODOUCHE

Geniet terug van water

terwijl u **tot 75% bespaart**
op uw verbruik

www.uni-vers.net

univers 02/344.08.58

Bio Koffie & Ginseng

Santé

Weten wat je drinkt
is belangrijk.

Santé!

Op je gezondheid!

Voor meer info
santekoffie@hotmail.be

een gezonde proefpersoon symptomen op te wekken die gelijken op die van de ziekte zelf. Dit was voor hem een werkelijke aha-erlebnis, die gezien mag worden als het geboortemoment van de homeopathie. Vanaf dat moment begon hij meerdere stoffen te testen op zichzelf, op familie, en later ook op zijn studenten, om te zien wat hun effect was. Tegen het eind van zijn leven had Hahnemann de werking van een honderdtal geneesmiddelen uitgebreid beschreven. Ongeveer in dezelfde periode rijpte bij hem ook het concept van de Vitale Kracht: de onstoffelijke kracht die in elk levend organisme aanwezig is en die alle delen en cellen van het lichaam in een harmonische, levende werking houdt. Zonder Vitale Kracht is het lichaam dood en aan ontbinding onderhevig. Het valt weer in zijn scheikundige componenten uiteen. Ziekte is in eerste instantie een verstoring van die Vitale Kracht. Een therapie moet gericht zijn op het wegwerken van de verstoring op het niveau van de Vitale Kracht.

Organon

In 1810 verscheen Hahnemanns eerste editie van het 'Organon der rationellen Heilkunde'. Dit boek hekelde de praktijken die nu kwakzalverij heten, maar die toen officiële geneeskunde waren, gedoceerd aan de universiteit. Hahnemann stelde daar de homeopathische behandelingswijze tegenover om tot echte resultaten te kunnen komen en dit op basis van volgende principes:

• ziekte is in de eerste plaats een verstoring van de Vitale Kracht.

• deze Vitale Kracht is aanwezig in elk levend organisme.

• enkel substanties die de gezondheid kunnen verstoren, kunnen ook als geneesmiddel dienen.

• om te weten welke werking geneesmiddelen hebben, moet men deze op gezonde mensen testen en de ontstane symptomen registreren.

• een geneesmiddel kan enkel zieken genezen die symptomen vertonen die overeenkomen met de symptomen die door dat geneesmiddel bij gezonde mensen kunnen worden opgewekt.

• het is de reactieve nawerking van de Vitale Kracht op het matig gedoseerde geneesmiddel die de genezing bewerkstelligt.

• gedynamiseerde geneesmiddelen zijn in staat de immateriële verstoring van de Vitale Kracht op te heffen.

Dynamiseren

Bij het toepassen van veelal giftige geneesmiddelen stelde zich het probleem van de dosis die moet toegediend worden. Aanvankelijk dacht Hahnemann: 'hoe giftiger de substantie, hoe krachtiger de werking, maar ook hoe gevaarlijker.' Daarom ging hij de middelen die hij gebruikte verdunnen. Sterke patiënten kregen aanvankelijk dan ook grote doses, in veel gevallen een druppel van de moedertinctuur. Hoe zwakker de patiënt, hoe minder middel toegediend werd.

Om het middel gelijkmatig te verdunnen, ging hij werken in trappen van 1/100, waarbij hij bij iedere stap de oplossing krachtig schudde (= dynamiseren) om een homogene menging te krijgen. Maar geleidelijk ontdekte hij dat bij verder 'dyna-

KernKracht

Cursusaanbod 2010

- Een effectieve visie op organisatieprocessen
- Systemic constellation work and inner navigation
- Energetisch management
- Van creatief idee naar effectief resultaat
- Energetische communicatie
- Een traject op weg naar persoonlijk meesterschap
- Process of decision making and tetralemmaconstellations

Informatie over deze opleidingen vind je op
www.kernkracht.be
Blijf op de hoogte en vraag onze nieuwsbrief aan via
info@kernkracht.be • 0492-64 79 22

Kasteel de Maurissens Weligerveld 6 3212 Pellenberg

Homeopathische behandeling ? U kan terecht bij de

Participerende homeopaten

met opleiding van het Centrum voor Klassieke Homeopathie of lid van de Liga Homeopathica Classica

Daniëlle Raeymaeckers	Venneborglaan 132	2100	Deurne	03/3245977
Vera Goris	Naaldweg 36	2223	Schriek	0473/922513
Hildegarde Roymans	Tuinbouwstraat 23	2300	Turnhout	014/415763
Christel Lombaerts	Lintsesteenweg 66	2540	Hove	0475/596554
Isabelle Leirs	Franse Linlestraat 68	3201	Langdorp	0476/467545
Angela Boeringa	Bakelstraat 4	3545	Zelem	0477/505954
Geert Desmet	Henri Lebbestraat 161	8790	Waregem	056/603813
Christel Heyndrickx	Peperstraat 6	9120	Beveren	0476/345316
Nadia Azzuz	Gebr. V. Raemdonckstraat 22	9140	Temse	0494/600697
Nadine Buysse	Muldersdreef 12	9831	Deurle	09/2823043
Aimé Cocquyt	Oude Gentweg 41	9880	Aalter	09/3751744
Floor Devriendt	Vakebuurtstraat 226A	9990	Maldegem	0474/931385
	in opleiding:			
Patricia Vaeremans	Eizingenstraat 98	1500	Halle	02/3563609
Eric Verbustel	Leedsesteenweg 200	9420	Erpe	053/807419

miseren', de giftigheid wel verminderde, maar de genezende respons van de patiënt niet. Hij stelde integendeel vast dat de kracht van homeopathisch gedynamiseerde remedies toenam met de verdunning. Hij merkte ook dat deze hoge potenties (verdunningen) veel minder vaak herhaald dienden te worden. De meeste homeopaten gebruiken tegenwoordig meestal hoog gedynamiseerde middelen, juist omwille van hun grotere effectiviteit.

Professionaliteit

De homeopathische inzichten zijn zover verwijderd van wat medici aan de faculteit te horen krijgen, dat slechts weinigen onder hen zich geroepen voelen om zich in de methode te verdiepen. Reeds in de beginperiode van de homeopathie werden ook niet-medici opgeleid tot homeopaat. Zij hebben dan ook veel bijgedragen aan het verspreiden en de ontwikkeling van de homeopathie. Toonaangevende homeopaten waren bijvoorbeeld Korsakoff en Boeninghausen. Ook nu nog beoefenen zowel artsen als niet artsen de homeopathie. Hedendaagse homeopaten als Vithoulkas en Sherr zijn geen arts, maar behoren wereldwijd tot de meest gevraagde docenten homeopathie.

Werkingsveld

Homeopathie geeft het snelst resultaten bij jonge patiënten, bij nieuwe klachten, bij functionele klachten, waar nog geen pathologische weefselverandering vast te stellen is en bij patiënten zonder lange therapeutische voorgeschiedenis.

Homeopathie heeft ook zeer veel te bieden aan chronische patiënten van wie de klachten, ondanks jarenlange klassieke therapieën, blijven verergeren. Ook waar geen medische diagnose kan gesteld worden door het ontbreken van positieve labo resultaten kan homeopathie gericht een juist middel zoeken. Homeopathie vertrekt voor het vinden van een geschikte remedie immers vanuit de ervaring van de patiënt, en niet vanuit de diagnose. Geloven in de methode is daarbij geen voorwaarde opdat de middelen zouden werken. De meest ijverige therapeuten zijn vaak personen die vooraf sceptisch stonden, maar door persoonlijke ervaring de grote kracht van de middelen aan den lijve ondervonden.

Alles bij elkaar is de homeopathie een milde en diepwerkende geneeswijze die middelen gebruikt die het lichaam geen schade toebrengen. Vooral van belang is dat ze een oplossing ten gronde kan bieden voor klachten waar andere therapieën alleen symptomatisch werken.

Geert Desmet
Jan Klüssendorf
Christel Lombaerts

Vajra

NATURAL FOODS
SUNNYVALE

Gekiemd tarwebrood en gekiemd speltbrood

(gebaseerd op de Essenenrecepten)

Ideaal krachtvoedsel!
Kinderen: in de groei of tijdens herstelperiode
Sporters: onmisbaar voor en na een inspanning
Studenten: tijdens examenperiode, bij intellectuele inspanningen
en concentratie. Voor alle leeftijden: bij het wisselen van de seizoenen,
voor de "geeuwhonger" en momenten van minder energie.
Bij het ontbijt, als tussendoortje, 4-uurtje, uit het vuistje, of beboterd, met tahin...

Het Essenenbrood bevat geen dierlijk bestanddeel, noch toegevoegde vetten.
Het wordt dus aangeraden aan diegenen die op hun voeding willen letten (arm aan kalorieën).
Het Essenenbrood zorgt ook voor een goede darmtransit, door zijn rijkdom aan natuurlijke vezels.
Het is ideaal voor mensen, allergisch aan gist en zuurdesem.
Het bevat geen zout, geen vetstof, geen toegevoegde suikers en is dus ook
geschikt voor mensen met verhoogde bloeddruk

Vitaal en rijk aan

eiwitten - vitamines- langzame suikers
- rijk aan vezels - arm aan kalorieën
- zonder gist - zonder zout

9 gecertifieerde BIO variëteiten

*Tarwe Natuur
*Tarwe/Rozijnen
*Tarwe/ Zonnebloempitten
*Tarwe/Amandel
*Tarwe/Gember
*Tarwe/wortel-rozijn
*Spelt natuur
*Spelt/rozijnen
*Spelt/hennep-lijnzaad

RICE & RICE

Eerste Europees rijstdessert, Rice & Rice aangepast voor mensen die lijden aan een overgevoeligheid aan gluten, melkproducten en soja.

- Zonder Suiker
- Zonder melksuiker
- Zonder gluten
- 100% plantaardig

Vanille - Chocolade - Karamel

grinioc

Granenwafels

SOY

Bio & Vegetarisch

- Rijst
- Quinoa
- Spelt
- Gierst
- Boekweit

vajra

WWW.VAJRA.BE

02 731 05 22

Een volledig gamma voor natuurvoedingwinkels, info@vajra.be
kruidenwinkels, restaurants, scholen en biologische markt- deelnemers.

STEINERPEDAGOGIE: EEN ZEGEN VOOR LICHAAM, ZIEL EN GEEST

STEINERSCHOLEN IN OOST-VLAANDEREN:

BASISSCHOOL → Affligemdreef 71 • Aalst • 053/77 36 84 • www.steinerschoolaalst.be
BASIS- + MIDDELBARE SCHOOL → Kasteellaan 54 • Gent • 09/235 28 00 • www.steinerschoolgent.be
BASISSCHOOL → Elyzeese Velden 8 • Gent • 09/234 39 08 • www.deteunisbloem.be
BASISSCHOOL → Munteplein 5a • Munte • 09/330 62 96 • www.landelijke-steinerschool-munte.be

FEDERATIE VAN STEINERSCHOLEN IN VLAANDEREN → 03/213 23 33 • www.steinerscholen.be

arcturus

Internationaal Training Instituut
voor communicatie en NLP

Eric Schneider (psycholoog en internationaal trainer NLP)
biedt met zijn team een groot aanbod van:

Opleidingen,Workshops, Coaching, Counseling en Therapie
in het kader van persoonlijke groei en ontwikkeling.

www.arcturus.be • info@arcturus.be • T+32(0)3 488 40 54

DAOCHI - DIM MAK
E.W.S.
THE WAY OF ENERGY

Daochi Center

Centrum voor innerlijke kracht en energie

Qi Gong - Zen - Dim Mak

Erperheidestraat 19
3990 Peer

www.daochi.eu - 011/611.576

Droom je

ervan een loopbaan uit te bouwen
in de alternatieve hulpverlening?
De gedroomde oplossing vind je op
hypnoseopleiding.be en/of **orthotherapie.be**

© Eva Storm

Coaching
op zielsniveau

ADD, ADHD, hooggevoelig, autistisch … steeds meer kinderen leven met een label. We gingen praten met Eva Storm, bezielster van Lazuli-coaching. Haar missie is helder: een ruimte creëren, voorbij elk etiket, waarin kinderen onvoorwaardelijk kunnen groeien tot hun ware zielspotentieel.

Eva, je hebt een achtergrond in marketing en reclame. Hoe kwam je bij coaching terecht?

"Reclame was mijn eerste passie en ik deed mijn job met hart en ziel, maar op een bepaald moment kreeg ik duidelijk signalen dat het tijd was voor een nieuwe koers. Het bureau barstte uit z'n voegen, mijn partner had een burnout en een medewerker zou door omstandigheden maanden afwezig zijn. Ook mijn dochter Sarah toonde me op alle mogelijke manieren dat het niet langer werkte zoals we bezig waren. Ik volgde al zo'n vijftien jaar cursussen in coaching, healing, energiewerk en meditatie, maar besefte steeds meer dat mijn grootste leermeester vlak naast me liep en amper tot mijn middel reikte."

Hoezo?

"Sarah is zeer sensitief en bewust en verlangt continu het hoogste respect in hoe we met elkaar omgaan. Toen ze nog klein was, merkte ik ook aan alles dat ze de wereld niet goed begreep. Ze had voortdurend fysieke problemen waar dokters geen oplossing voor vonden en ook emotioneel had ze het erg zwaar. Alleen bij ons voelde ze zich veilig. Ze hield ons voortdurend een spiegel voor en stelde vragen waar mijn mond van open viel. Heel confronterend. Ik realiseerde me dat ik mijn bewustzijn moest vergroten, wilde ik onze dochter kunnen begrijpen en begeleiden. Dat werd dus mijn nieuwe missie. Ik ben een coachopleiding gaan volgen in

Ion Color Light

Een nieuwe vorm van lichttherapie

Er wordt al lang aangenomen dat licht een helende factor is en nu is het wetenschappelijk bewezen.

WALINA
introduceert
ION COLOR LIGHT

Een nieuwe vorm van kleurenlicht-therapie die via het lymfevocht wordt toegediend en het zelfhelen-de vermogen terug activeert.

Voor professionele hulpverleners en therapeuten.

Neem contact op voor prijs-offertes, vrijblijvende info, afspraken en dergelijke meer.

www.walina.be
walina@telenet.be

MAAK VAN JE HUIS EEN THUIS!
Energetische zuivering van overledenen, klopgeesten, zwarte magie, enz. Plus plaat-sen van energetische bescherming rond je huis tegen aardstralen, wateraders, enz.
Bel NU voor gratis offerte 0475 70 45 10

Amerika en sindsdien heeft mijn leven een heel andere wending genomen. Ondertussen coach ik al tien jaar kinderen en volwassenen en bied ik ook verschillende coachopleidingen aan."

Hoe zou jij coaching omschrijven?
"Coaching start van de idee dat alle hulpbronnen in jezelf aanwezig zijn. Als coach creëer je de ruimte waarin mensen zelf de antwoorden kunnen vinden op hun vragen en problemen. Tegelijkertijd reik je sleutels en technieken aan waarmee iemand de deuren in zichzelf leert te openen. Door meer keuzemogelijkheden te installeren draag je als coach sterk bij aan iemands groeiproces, maar – en dat is heel belangrijk – je laat de kracht altijd bij de persoon zelf. Ik ga het dus niet even snel voor iemand fiksen. Zo werkt het niet, hoeveel jaren opleiding je ook hebt gevolgd. Maar als de energie van een coach hoog genoeg is en iemand voelt dat hij bij die coach gewoon zichzelf kan zijn, komen de dingen als vanzelf los en dienen nieuwe wegen zich vaak spontaan aan."

© Cesar Fandino - fotolia.com

Je werkt veel met kinderen en jongeren. Kun je wat meer vertellen over je aanpak?
"Veel kinderen worden naar een psycholoog gestuurd om 'genezen' te worden, terwijl ze eigenlijk perfect in orde zijn en het niet aan hen, maar aan de omgeving ligt dat het stroef loopt. Het eerste wat ik altijd zeg als ik een kind coach, is dan ook: "Er is niets verkeerd aan jou."
In combinatie met het feit dat ik niet per se hun hele verhaal in detail hoef te kennen, zorgt dat bij veel kinderen al meteen voor een enorme opluchting. Je hoeft echt niet altijd in de 'soep vol balletjes van lang geleden' te roeren om tot de oplossing van een probleem te komen. Mijn aanpak is gericht op de toekomst en op de enorme kracht die sowieso in het kind zelf aanwezig is. Door het terug bij die kracht te brengen en het aan te reiken dat de dingen ook anders kunnen, leert het zelf de nodige stappen zetten om problemen op te lossen. Als ik met kinderen werk, ben ik even groot en even klein als zij, weet ik even veel en even weinig. In plaats van de boodschap te geven "Luister maar naar mij, ik weet het en ik zal het hier even voor jou oplossen", zeg je "Ik ga met je aan de slag en ik zal er voor je zijn, maar ik weet even weinig en veel als jou, dus laat het ons samen maar uitzoeken." Dat is volgens mij het mooiste geschenk dat je een kind als begeleider kunt geven. Ik ga trouwens ook nooit een kind coachen zonder de ouders erbij. Alleen op die manier ben ik er zeker van dat hetgeen aangereikt wordt ook thuis verder leeft. En een tweede reden: elk kind is een spiegel van zijn ouders. Als kinderen bij mij komen met een probleem, gaat het meestal voor een groot stuk over de ouders." (glimlacht)

Je hebt ook een tijd een zaterdagschooltje gerund. Hoe kwam je daarbij?
"In het eerste leerjaar wilde Sarah niet meer naar school. Ze zei letterlijk: "Thuis ben ik groot, op school ben ik klein." Ze was het ziek om te worden afgeblokt in haar kunnen. Toen ik haar naar school stuurde, vroeg ze me waarom ik dat deed. Ik dacht: wat een vraag is dat nu – alle moeders sturen hun kind toch naar school? Maar toen Sarah vroeg "Is dat echt nodig?", ben ik daar heel stil van geworden. Ik realiseerde me plots wat een kuddebeest ik eigenlijk was. Ik stuurde mijn kind naar school omdat iedereen dat deed, zonder dat ik voor mezelf had onderzocht hoe dat aanvoelde, of ze wel klaar was voor school en wat het voor haar ontwikkeling zou betekenen. Op het

ECOLOGISCHE
MATERIALEN
VOOR
DE DECORATIE-
EN
INTERIEURBOUW

sPatio

www.spatiobiodeco.be
SPATIO bvba Bergensesteenweg 189 b
1600 Sint-Pieters-Leeuw • Tel & Fax: 02/378.25.28
0478/20.74.81 • spatio@skynet.be

Verkoop, raadgeving en dienstverlening
voor de vakman en particulier.
Schilder- akoestische & thermische
isolatiewerken
met ecologische materialen.

INTUÏTIEVE
ONTWIKKELING

Er zijn heel wat mensen die hun eigen intuïtie willen leren kennen en gebruiken. In onze driejarige vormingscyclus laten we je via praktische oefeningen zien hoe je met je eigen intuïtie om kan gaan.

Meer weten over onze kennismakingsdagen en vormingscyclus rond intuïtie?
Surf dan naar www.timotheus.org of bel ons op 03/644 53 01 (tijdens kantooruren).

TIMOTHEUS VZW

TOBA
wereld
kwaliteit voor lichaam en geest

Toba wereld staat voor pure kwaliteit!
Met zorg selecteren we het beste
uit de natuurgeneeskunde,
verzorgingsproducten,
boeken en mineralen.

Antwerpen ¦ Suikerrui 10 ¦ 2000 Antwerpen
Open alle dagen: 10u - 18u / zo.: 11u - 19u

Gent ¦ Vlaanderenstraat 78 ¦ 9000 Gent
Open alle dagen: 10u - 18u / zondag: gesloten

Affligem ¦ Aalstersedreef 1 ¦ 1790 Affligem
Open elke dinsdag: 9u - 17u

www.toba.be

moment van dat inzicht is er een grote creativiteit in mijn leven gekomen. Ik ben toen een lange en diepe zoektocht gestart naar andere onderwijsvormen, zowel in binnen- en buitenland."

Wat was volgens jou dan het probleem binnen het bestaande onderwijs-aanbod?
"Geen enkel schoolsysteem is volledig perfect, maar dat hoeft ook niet. Ik ben ook geen perfecte ouder. We kunnen wel naar perfectie streven, maar onderweg zijn en leren uit onze fouten hoort nu eenmaal bij het leven. De vraag is eerder: welke school klikt met je kind en met het bewustzijn van je gezin? Een kind brengt zowat zeven uur per dag op school door, dus het is logisch dat je als ouder een plaats zoekt die qua bewustzijn zoveel mogelijk in het verlengde ligt van de thuissituatie. Voor Sarah vond ik zo geen plek. Uiteindelijk heb ik op het punt gestaan om een Sudbury-school mee op te richten in Brugge, maar noch de tijd, noch de begeleiders waren er toen rijp voor. Toch wist ik dat er veel kinderen als Sarah waren en met het zaterdagschooltje wilde ik voor hen een veilige ruimte creëren waarin ze spiritueel konden groeien en leren om zich binnen het bestaande systeem te handhaven. Niet zweverig, maar met de beide voeten stevig op de grond. Een ruimte waarin ze op ontdekkingstocht konden gaan naar zichzelf. Hoe vlugger een kind zichzelf leert kennen, hoe vlugger het ook in zijn eigen kracht kan gaan staan en kan gaan groeien naar zijn volledige potentieel."

© Eva Storm

Nu coach je fulltime. Ben je nog altijd van plan om ooit een alternatieve school neer te zetten?
"Die droom is er nog steeds, maar het is heel belangrijk dat we eerst voldoende mensen hebben die er klaar voor zijn om de kinderen te begeleiden. Daar wil ik nu met mijn opleiding tot lazulicoach naartoe werken. Op termijn zie ik een systeem waarin coaches en leerkrachten samenwerken om kinderen te begeleiden tot mensen die krachtig in het leven staan en tegelijkertijd ook de nodige algemene vaardigheden hebben meegekregen. In ons onderwijs vandaag ligt een zeer grote nadruk op het mentale, op kennisverwerving. Voor het emotionele luik hebben leerkrachten nog steeds nauwelijks de ruimte. Informatie wordt bijna alleen via de linkerhersenhelft binnengebracht. Zo breng je geen evenwichtige mensen in de maatschappij. We hebben niet voor niets twee hersenhelften meegekregen. Ons schoolsysteem werkt bovendien in de breedte: grote groepen, iedereen hetzelfde aanbod. Waar ik naar toe wil is in de diepte werken met kleine groepjes. Echt met die kinderen als unieke mensen op zoek gaan naar wat voor hen werkt en via welke zintuigen zij persoonlijk het best informatie opnemen. Dat is allesbehalve zweverig. Het gaat puur om: hoe werken mijn hersenen? Zelf geloof ik dat je eerst de rechterhelft moet laten groeien en bloeien om dan pas de linker te gaan voeden. Veel kinderen die worden bestempeld als moeilijke of trage leerlingen worden uiteindelijk doorverwezen naar het technisch of beroepsonderwijs, terwijl dat eigenlijk niet nodig is. Vaak zijn ze gewoon kinesthetisch ingesteld: ze

RICE & RICE

Zonder soja, zonder lactose,
zonder suiker, zonder bewaarmiddelen

Een bio rijstdrank die koud
of warm kan worden gebruikt.
Van natuurlijke hoogwaardige
kwaliteit door de verwerking
van volle granen (geen melen).
Deze melkachtige drank kan
worden gebruikt als alternatief
voor koemelk voor mensen die
allergisch zijn aan dierlijke
dranken, omdat ze de allergene
stoffen niet bevatten die in de
dierlijke variant aanwezig zijn.

Natuur-Vanille-Amandel
Cacao-Calcium

Om een verkooppunt te vinden:
www.vajra.be/verkooppunt
02 731 05 22 vajra www.vajra.be
info@vajra.be

Yamuna
Ayurvedische
massage
& advies
Groenestaakstraat 37+ - 9030 Mariakerke
Tel: 0496/33.14.10 - yamuna@telenet.be
www.yamuna.be

de 2012
Inspirience
Jouw persoonlijke doorbraak
begint hier, ben je er
klaar voor?
www.janosh.com

leren niet slechter, ze leren gewoon anders. Ze hebben misschien een trager, maar wel een dieper leerproces. Wat ik sowieso eerst doe als een kind hier binnenstapt, is zijn of haar etiket weghalen. Die etiketten hebben een functie: ze geven de ouder een idee van de manier waarop hun kind functioneert. Maar het etiketje mag iemand niet gaan beperken. Als een kind inziet dat er ook andere manieren bestaan om iets in zich op te nemen en als ze ondervinden dat die vaak veel beter voor hen werken, gaan er zoveel deuren voor hen open."

Je geeft ook een opleiding 'coach je kind'. Wat zijn volgens jou de belangrijkste eigenschappen die je als ouder moet hebben om je kind te begeleiden in het leven?

"Eerst en vooral in je eigen kracht gaan staan. Je verantwoordelijkheid opnemen om het voorbeeld te zijn, zowel in de grote als in de kleine dingen. Verwacht geen dingen van je kind die je zelf nog niet kunt. En maak je eigen dromen waar, zodat je de ruimte kunt scheppen om je kind hetzelfde geschenk te geven. Jezelf wegcijferen voor het geluk van je kind, dat werkt niet. Als je als ouder jezelf de toelating geeft om volledig gelukkig te worden, dan geef je vanuit je voorbeeldfunctie tegelijkertijd dat geschenk aan je kind. Ik zie in de cursus zoveel ouders die hun eigen passie terugvinden en die open bloeien, waardoor de problematiek van hun kind vanzelf oplost. Ik leer ouders ook hoe ze hun kinderen kunnen begeleiden op een onvoorwaardelijke manier. We weten dat we geliefd zijn door onze ouders, maar voelen we het ook? Hoe communiceer je onvoorwaardelijk met je kind? Als het iets vertelt, luister je dan echt? Wanneer laat je het kind los en wanneer geef je het ruimte? Wat doe je als je ziet dat je kind de verkeerde kant uitgaat? Wanneer grijp je in? En wat vertellen de moeilijkheden bij je kind over jou? Maar ik zie ook steeds meer mensen in de cursus die geen kinderen hebben. Ze doen zichzelf de opleiding cadeau om te helen en dichter bij zichzelf te komen en dat geschenk later – of er nu kinderen komen of niet – ook aan anderen te kunnen doorgeven. Ik vind dat prachtig."

Lien Van Laere

Wie is Eva Storm?

Eva Storm volgde opleidingen marketing en reclame-consulent, is HNLP-coach, trainer in communicatie, energie en Ericksoniaanse hypnose, medezaakvoerder van Eye Contact en bezielster van vzw Lazuli-wijs. Sinds 2000 coacht ze kinderen, jongeren en volwassenen op hun levensweg en geeft ze verschillende opleidingen tot coach.

Alle info: www.lazuli-coaching.com

positieve actualiteit

Vaak vind je negatief nieuws in kranten en magazines. Wij geloven dat het belangrijk is te focussen op het positieve. Op deze twee pagina's vind je een overzicht van nieuws dat ons vrolijk stemde. Door te kiezen voor een positieve aanpak, hopen we bij te dragen aan de groeiende bewustwording dat een andere wereld mogelijk is.

Papieren gamehandleiding vervangen door digitale

Ubisoft vervangt alle papieren handleidingen bij videospelletjes door digitale versies in de game zelf. Dat is volgens de spelproducent beter voor het milieu én de gamer.Door de handleiding in het spel te verwerken, kan de speler immers gemakkelijker en intuïtiever informatie krijgen. Verder kan Ubisoft gamers zo voorzien van een meer robuuste handleiding. Volgens het bedrijf kost een ton papier uit zijn handleidingen gemiddeld twee ton hout uit dertien bomen. Dat is goed voor een netto-energiekost van 29.520.000 kilowatt, het equivalent van 2.700 kilo CO2 en 57.000 liter afvalwater. De spelproducent gaat verder de meest milieuvriendelijke dvd-hoezen uit de entertainmentindustrie gebruiken voor al zijn toekomstige pc-titels in Noord-Amerika.
[Bron: Het Laatste Nieuws]

500 Europese burgemeesters voor minder CO_2

Meer dan vijfhonderd Europese burgemeesters ondertekenden onlangs in het Europees Parlement een convenant waarin ze beloven de CO_2-uitstoot van hun stad met meer dan twintig procent te verminderen tegen 2020. Voor België zetten de burgemeesters van Hasselt, Antwerpen, Genk, Gent en Sivry-Rance (Henegouwen) hun handtekening. Vier andere Belgische gemeenten ondertekenden het document vorig jaar al. Het Convenant van de Burgemeesters is een jaarlijkse conferentie die in 2009 door de Europese Commissie is opgestart. Wie het convenant ondertekent verbindt zich ertoe in zijn stad (of regio) te analyseren hoeveel CO2 wordt uitgestoten en aan te geven hoe hij de doelstelling tegen 2020 zal bereiken en zijn maatregelen zal evalueren. De burgemeesters beloven tegelijk het bewustzijn van hun burgers te verhogen en beste praktijken uit wisselen. [Bron: Het Laatste Nieuws]

Gentse 'veggiedag' gaat wereldwijd

De Gentse schepen Tom Balthazar (SP.A) kondigde in mei vorig jaar een wereldprimeur af. Donderdag zou voortaan een vegetarische dag zijn in de stroppenstad. Balthazar wou niks verplichten of verbieden, alleen een warme oproep lanceren om één dag per week geen vlees te eten. Het initiatief, een samenwerking tussen het lokale bestuur en de vzw Ethisch Vegetarisch Alternatief (EVA), werd door de nationale media licht geeuwend onthaald, maar de internationale pers daarentegen sprong erop. De BBC, CNN, de Britse Daily Mail, Time Magazine, Die Zeit, de Italiaanse zender RAI,... allemaal lieten ze Balthazar of Tobias Leenaert, de oprichter van EVA, aan het woord. Een jaar later heeft Gent school gemaakt. Mechelen, Hasselt en Eupen in eigen land; buiten de grenzen onder meer het Duitse Bremen, het Braziliaanse São Paulo, Kaapstad in Zuid-Afrika, San Francisco in de VS: allemaal zijn ze intussen op de kar gesprongen en lanceerden ze een vleesvrije dag.
[Bron: De Standaard]

Fairebel: fairetrade melk

Vorig jaar nog stond het water de melkveehouders aan de lippen. De melkprijs was te laag om uit de kosten te geraken. Boze boeren zetten hun akkers letterlijk en figuurlijk blank. Gigantische hoeveelheden melk werden uitgegoten. Ten gevolge van deze crisis kwamen er enkele nieuwe, creatieve projecten uit de bus. Zo werd het merk Fairebel ontwikkeld. Alle info: www.fairebel.be

Grootste door zonne-energie aangedreven schip onthuld

In Duitsland is de PlanetSolar onthuld. Dit grootste door zonne-energie aangedreven vaartuig ter wereld heeft meer dan vijfhonderd vierkante meter aan zonnecellen aan boord, en moet volgend jaar een reis rond de wereld maken. Het PlanetSolar-project is opgericht om een door zonne-energie aangedreven schip een reis rond de wereld te laten maken. Al volgend jaar zou de reis kunnen worden uitgevoerd, waarbij een gemiddelde snelheid van 15km/u moet worden gehaald. Het schip zou in theorie ruimte aan 200 passagiers bieden en een topsnelheid van 25km/u kunnen halen. Het schip is bedekt met ongeveer 38.000 zonnecellen, die met hun rendement van 22 procent ongeveer 103kW aan zonne-energie produceren. Tijdens zijn reis zal het schip steden als Parijs, Londen en New York aandoen. Het vaartuig moet daar reclame voor duurzame energie maken. PlanetSolar-oprichter Raphael Domjan werkt al sinds 1980 aan de wereldreis. Het project heeft tot dusver ongeveer 24 miljoen dollar gekost.

© Andres Rodriguez-Fotolia.com

[Bron: www.tweakers.net]

Biologische producten uit Afrika voor Europa

De vraag naar gezonder en biologisch voedsel groeit in Europa. Bijna 5000 boeren in Burkina Faso, Kameroen, Ghana, Senegal en Sierra Leone gaan na het behalen van een biologisch en een fairtrade certificaat, met hulp van de de voedsel- en landbouworganisatie van de Verenigde Naties (FAO) biologisch voedsel exporteren naar Europa. Het programma richt zich op alle stadia van de productie van planten tot oogsten, verpakking en promotie, en de doelstelling is om de boeren meer inkomen te verschaffen die eerder moeite hadden om zich dure chemische meststoffen te veroorloven.
[Bron: www.biofoodonline.nl]

Google investeert in windmolenparken

Google laat op zijn bedrijfsblog weten dat het 39 miljoen dollar heeft geïnvesteerd in windmolenparken in de VS. Twee deels door Google bekostigde windmolenparken zijn in North Dakota inmiddels begonnen met het opwekken van groene energie. De zoekreus claimt al langer dat het via Google.org investeert in de opwekking van groene stroom en de eerste resultaten op het gebied van windenergie lijken zichtbaar te worden. Zo heeft Google 38,8 miljoen dollar geïnvesteerd in windmolenparken die door energieleverancier NextEra Energy Resources worden aangelegd. Google laat op zijn weblog met enige trots weten dat inmiddels twee windmolenparken in gebruik zijn genomen. De deels door Google gefinancierde molens staan in het Ashtabula II-windmolenpark, dat in totaal 113 turbines telt. Samen met een tweede park wordt een maximaal vermogen van 169,5MW behaald. De windturbines zouden zijn voorzien van de nieuwste techniek. Zo zou elk blad individueel kunnen worden gekanteld om meer wind te vangen, terwijl de grotere bladen bovendien meer energie zouden opwekken dan oudere windmolen-ontwerpen. Naast zijn investeringen in windenergie heeft Google ook geld gestoken in eSolar, een bedrijf dat investeert in zonne-energieprojecten. Verder heeft de zoekgigant op de daken van zijn hoofdkwartier in Mountain View zonnepanelen geplaatst en wil Google het gebruik van elektrische voertuigen aanmoedigen. Ook probeert Google zijn datacenters efficiënter te maken. [Bron: Tweakers.net]

Nog artikels, positieve actualiteit, enz. op www.agendaplus.be

- Stevige groei handel eurozone
- Groot windmolenpark voor kust VS
- Langste waterpijplijn ter wereld voor schoon drinkwater in Afrika

... en MEER!

DE NIEUWE CHANGE THINK+ IS ER!

CHANGE Think+ is een 3-maandelijks magazine dat alleen positief nieuws bevat en moeilijke dingen van de 'andere' kant bekijkt. CHANGE Think+ is er voor mensen die positief in het leven willen staan, die op zoek zijn naar 'andere' antwoorden en bewust willen leven.

"LET'S THINK POSITIVE
CHANGE THE WORD!"

NU in de krantenwinkel
€ 4,95

Post jouw positieve verhaal!

We weet kom jij er mee in CHANGE Think+

Wil je ook graag de dingen anders bekijken? Wil je met al je geliefden steeds op zoek gaan naar de positieve kant van de dingen? Haal dan snel het 2de nummer van CHANGE Think+ in huis en geniet van onze unieke abonnementenactie!

WWW.CHANGETHINKPOSITIVE.BE

© Jose Manuel Gelpi Diaz - Fotolia.com

Optimisme

Staat van bewustzijn

Het optimisme is geen aangeboren aanleg voor geluk die ons zou vrijwaren van alle pijnlijke en droevige momenten in ons leven. Optimisme is een lering, een welbewuste beslissing om een staat van bewustzijn aan te nemen en te ontwikkelen. Het is een oefening in zelfkennis en discipline.

De Optimistenbond wil een culturele revolutie inleiden, gebaseerd op een voluntaristisch optimisme. Een revolutie van vertrouwen in de toekomst, het soort vertrouwen dat verlangen opwekt om met plezier te ondernemen en de wereld van morgen mooier, eerlijker en menselijker te maken dan vandaag. De Optimistenbond wil een culturele revolutie van een realistisch optimisme dat kiest voor samenwerking geïnspireerd op vertrouwen in overvloed eerder dan voor concurrentie uit angst voor verlies.

Zou het niet beter zijn om een beetje meer vreugde te zoeken in contacten eerder dan in contracten? De crisis, die misschien nog maar net begonnen is, zal ons er heel waarschijnlijk toe aanzetten. Wat we vandaag meemaken is veel meer dan een crisis, het is een omwenteling, een ware revolutie van waarden die, laten we hopen, het einde zal inluiden van een tijdperk van overproductie en overconsumptie van goederen met weinig toegevoegde vreugde.

Deze weldadige revolutie zal de oude wereld, die we aan het verlaten zijn, doen verwelken. Het zou trouwens aangewezen zijn om het woord 'crisis' te vervangen door 'mutatie', want een crisis veronderstelt een terugkeer naar de eerdere staat. Deze 'mutatie', hoe pijnlijk ook, zou wel eens een geschenk kunnen zijn van het collectief bewustzijn, een reden voor de mens om te hopen op een authentiek gelukkigere toekomst.

Dit realistisch en geïnformeerd optimisme dat op het verlanglijstje van de Optimistenbond staat, is gestoeld op waarden en meer bepaald op het principe aangevoerd door Emmanuel Kant, die stelt dat we moeten handelen op een manier die de orde van de wereld niet zou verstoren ook al zou de hele wereld handelen zoals wij. Voor Mahatma Gandhi levert de aarde voldoende om de behoeften van alle mensen te vervullen, maar niet voldoende voor de hebzucht van allen en mag een economie, die voor het goede van iedereen, inclusief de allerzwakste

de kleine bron
spiritualiteit esoterie
innerlijke groei
lezingen cursussen
rookvrije fuiven

Antwerpen Lier
Turnhout Mechelen
Gratis proefnummer
van ons tijdschrift ?
Tel 03/225 0 227
www.dekleinebron.be

NIEUW
CURSUSSEN EN
WORKSHOPS
VOOR LICHAAM
EN GEEST
TAI CHI
REIKI
MEDITATIE
EN MEER
Yalu
LAND VAN WAASLAAN 101
9040 GENT - ST-AMANDSBERG
www.Yalu.be

Ignoramus
ACADEMIE
Een bewuste keuze
voor een toekomst met inhoud
OPLEIDINGEN 2010 – 2011
Integraal Levenscoach
4-Jarige opleiding – Hasselt
Integraal Evolutiecoach
3-jarige opleiding – Hasselt
Integraal Natuurvoedingscoach
3-jarige opleiding – Hasselt
Integraal Wellness Coach
1-jarige opleiding – Hasselt
Mijn Innerlijke Scholingsweg
3-jarige opleiding – Hasselt
Het Innerlijk Kompas
3-daagse: Niveau I – II – III
Ignoramus Academie vzw
011/740703 www.ignoramus.org
ignoramus.academie@telenet.be
OPEN DEUR DAG - HASSELT
29 augustus 2010 van 10 tot 17u

HET ELIXIR VROUW
Zomerplayshop
nooit eerder voelde vrouw zijn zo goed!
Het Lotushuis Westerlo
23-27 juli
info: 03/646 63 43 of:
www.zomerhuis.be
ZOMERHUIS

Zomerseminarie met meester Shen Jin
Taijiwuxigong in Gent, 30/7 tot 3/8
E Mei in Mortsel (Antwerpen), 18 tot 22/8
Hervind welzijn en verminder spanningen
door spontane bewegingen en het activeren
van de dantian (energiecentrum).
Info en boekingen:
buqibelgium@buqi.net
0475 78 02 48

Souldance vzw

Tog Chód,
zwaard der wijsheid
www.souldance.be

moet zorgen, nooit tegen de allerhoogste ethische principes ingaan.

Vanuit dit gezichtspunt kunnen we ons afvragen of de crash die we aan het ondergaan zijn niet even dringend als onontbeerlijk was. Was het inderdaad denkbaar, dat de westerse wereld oneindig kon doorgaan met het verspillen van grondstoffen en het vernietigen van de planeet zonder zich anderzijds zorgen te moeten maken over de armoede die drie vierde van de mensheid treft?

Drie jaar geleden, toen we nog in euforie leefden, heb ik geschreven: "De economie, die ooit toebehoorde aan de werkers en de ambachtslui en later aan de handelaars en de industriëlen, is vandaag hoofdzakelijk in handen van financiers. Deze toestand is niet zonder gevaar, want het zou een illusie zijn te denken dat de steeds groeiende vereisten van 'return on equity' altijd compatibel zullen blijven met de industriële ethiek, de rechten van de mens en het behoud van onze planeet…"

Ik ben niet voldoende optimistisch geweest, want ik dacht dat de werkers, de ambachtslui, de handelaars en de industriëlen een moeilijke strijd zouden moeten leveren tegen de financiële wereld, gehuld in respectabele reputaties en ethische façades, maar die in werkelijkheid de snelle winst als enige waarde hanteerde. Deze wereld, waarvoor we met zijn allen verantwoordelijk zijn door onze eis voor steeds betere rendementen die niet langer konden gedragen worden door een gezonde economie, is gelukkig zoals een kaartenhuisje in mekaar gestort. Ik denk dat uit het stof ervan een betere wereld zal herrijzen, gebaseerd op een zuiverdere en respectvollere aanpak.

Laten we even stilstaan bij wat geld voor ons betekent. Is het een inerte materie waarvan we obsessioneel steeds meer willen vergaren uit angst voor de eindigheid van ons leven, omdat geld uiteindelijk een aantal is en dat een aantal per definitie oneindig is, of is geld een energie, een mooie energie waarmee we mooie dingen willen doen?

We zullen ook al onze gebruikelijke overtuigingen over de aarde moeten veranderen, we zullen moeten ophouden haar te benaderen vanuit het gezichtspunt van de rentabiliteit, we zullen opnieuw moeten verstaan dat ze een voedende rol heeft, dat ze over een onuitputtelijke vruchtbaarheid beschikt op voorwaarde dat we haar respectvol benaderen. Zouden we niet moeten leren om haar liefdevol te verzorgen, zoals onze voorouders het zo goed konden en wij, achtervolgd door onze hebzucht, aan het vergeten zijn?

Voor alle ondernemingen is de tijd gekomen om nieuwe waarden te integreren, om meer rekening te houden met de belangen van de algehele samenleving en de planeet. Voor hen is de tijd gekomen om eerder voor welvaart dan voor winst te ijveren, het is tijd om de zin van hun activiteit in vraag te stellen en te onderzoeken op welke manier ze niet alleen de beste van de wereld, maar ook de beste vóór de wereld kunnen worden.

De brutale en snelle veranderingen die ons uit een egoïstische onwetendheid hebben gerukt, geven ons de wonderbaarlijke mogelijkheid om onszelf te overtreffen in creativiteit en durf en geven ons de mooiste redenen onszelf te ontwaken voor het optimisme.

Luc Simonet
Voorzitter Optimistenbond

Back to Optimism

Het eerste, tweetalige colloquium van de Optimistenbond vindt plaats op 11 juni in de Bozar in Brussel. Wij van AGENDA Plus zullen er ook zijn.

Alle info:
www.optimistenbond.be

'Van dag tot dag' is een rubriek waarin je alle activiteiten terugvindt waarover je de dag zelf kan beslissen of je zin hebt om deel te nemen of niet. Normaal gesproken is inschrijven niet noodzakelijk. Het gaat over voordrachten, opendeurdagen, tentoonstellingen of evenementen.

Deze activiteiten worden ingedeeld per provincie en per datum. In principe worden alleen activiteiten van de 10de van de maand van verschijning tot de 9de van de maand erop opgenomen.

De redactie kan de juistheid van de gegeven informatie niet garanderen. We nodigen je uit om behoedzaam te zijn en enig oordeelsvermogen aan de dag te leggen.

ANTWERPEN

In contact treden met andere dimensies. 10/6. 20u-22u30. **Mieke Abel**. Valaarhof. Letterkundestraat 133. 2610 WILRIJK. De Kleine Bron. 03 225 02 27. www.dekleinebron.be

Gula Java: kokosbloesemsuiker. 10/6. 9u30-18u. Bio en Fairworld kokosbloesemsuiker: veel mineralen, veel antioxidanten en lage glycemische index. Kom deze tongstrelende lekkernij proeven! Het Natuurhuis. Otto Veniusstraat 29. 2000 ANTWERPEN. Noble-House. 03 653 25 41.

Gula Java: kokosbloesemsuiker. 11/6. 9u30-18u. Bio en fairworld suiker van de kokosbloesem: veel mineralen, veel antioxidanten en lage glycemische index. Kom deze lekkernij proeven! All Bio. Liersesteenweg 178. 2860 SINT-KATELIJNE-WAVER. Noble-House. 03 653 25 41.

SoulSounds - helende klanken voor de ziel. 12/6. 20u-22u. Laat je meevoeren op een betoverend klanktapijt, op de klank van authentieke instrumenten en zang, terwijl je languit op je matje ligt. Puur genieten! **Mieke Polfliet**. J.E. Claeslaan 1. 2560 NIJLEN. Thuis In Jezelf. 03 366 46 16. www.thuisinjezelf.be

Waterproeverij. 12/6. 11u-17u. Maak kennis met de sprankelende smaak van zuiver water en ervaar de werking van zuiver water dat opgeladen is met de helende energie van edelstenen.. Steenweg op Antwerpen 7. 2300 TURNHOUT. Hannah Cesar. 014 55 68 56. www.hannahcesar.com

ParaNormica-beurs. 13/6. 11u-19u. Alternatieve en spirituele happening met de meest gereputeerde en bekendste Vlaamse helderzienden. **Tarkild Delaere, Chrisje Bressinck,**. Zaal Apollo (ex-Alpheusdal). Filip Williotstraat 22. 2600 BERCHEM. Paranormica. 03 227 27 00. info@paranormica.be - www.paranormica.be

BELGIË
World Ocean Day
13 juni 2010

Zondag 13 juni: eerst stemmen en dan naar Wereld Oceaan Dag. 13/6. 10u30-18u. Gerenommeerde experts zullen op deze dag schoonheid en bedreigingen van de oceanen belichten en mogelijke oplossingen voor de problemen voorstellen. Zoo. 2000 ANTWERPEN. Sea First Foundation. 03 653 25 41. www.zooantwerpen.be

Waarom gedragen we ons zoals we doen? 15. 20u-22u30. Door een dieper inzicht te krijgen in de werking en de functie van onze gedragspatronen kunnen we ze ook doorbreken en onze mogelijkheden vergroten... **Jan Willems**. Taverne "De koekoek". Steenweg op Merksplas 48. 2360 OUD-TURNHOUT. De Kleine Bron. 03 225 0 227. info@dekleinebron.be - www.dekleinebron.be

Reiki. Universele levensenergie. 15/6. Tot rust komen? Pijn verzachten? Herstel bevorderen? Lichamelijke, emotionele en geestelijke hulp benutten? Heling door handoplegging. **Alexander Vervoort**, reikimeester. Kapsalon Hairport. Amsterdamstraat 20. 2000 ANTWERPEN. Hairport Natuurkapper. 03 226 07 31 - 0495 894 483. jose.schuurmans@skynet.be

Dinner-Lecture: Oogproblemen. 15/6. 19u-22u30. Op een Dinner-Lecture word u verwend met een bio 3-gangen diner helemaal afgestemd op de lezing die erop volgt. Evenwicht in je keuken en in je leven! **Rik Vermuyten, Viviane Van Dyck**. Kasteel Bisschoppenhof. Suzanne Spanhovenstraat 2. 2100 DEURNE. 0485 050 577. info@rikvermuyten.be - www.rikvermuyten.be

Wat is Psycho energetisch coachen? 16/6. 20u-22u. Alle praktische vragen in verband met onze 4-jarige opleiding psycho-energetisch coachen, worden hier verhelderd. **Jan Raes**. Jaak De Boeckstraat 73. 2170 MERKSEM. Epeca. 03 644 53 01. info@epeca.eu - www.epeca.eu

Wil jij ook graag leuk en zinvol werk? 16/6. 20u-22u30. "Ik weet precies wat ik droom als job maar tegelijk denk ik dat die job niet écht bestaat, hoe moet het dan verder ?" **Philippe Vandervorst**. Café Refuge. Zimmerplein 12. 2500 LIER. De Kleine Bron. 03 225 02 27 - 0486 201 926. info@dekleinebron.be - www.dekleinebron.be

Jouw eigen grenzen ontdekken, ervaren en respectvol aanwenden. 17/6. 20u-22u30. Tijdens deze mini-workshop wordt vooreerst een korte schets

gegeven van wat een gezonde grens is. **Carine Billiaert**. Valaarhof. Letterkundestraat 133. 2610 WILRIJK. De Kleine Bron. 03 225 0 227 - 0486 201 926. www.dekleinebron.be

De rol van ons transgenerationele geheugen in ons ziekteproces. 17/6. 10u-12u30. Deze tweede van drie lezingen vormt een belangrijke inleiding tot de 3-daagse cursus 'zelfgenezing' op 9, 10 en 11 augustus. **Geneviève Cooreman**, psychotherapeut. Turnhoutsebaan 381. 2110 WIJNEGEM. De Lichtbron vzw. 03 354 56 28. www.delichtbron.be

Reiki
Encaustic
www.dezonnedrager.be

Natuurfilosofische Tuinamiddag. 19/6. 14u-19u. Akasha - voeding - reiki - encaustic - Bachbloemenspeelse hoeden - yoga - AGENDA Plus - coachingsprookjes - Effectieve Microorganismen - kruiden - Lecher antenne - lichttherapie - EFT - Kira's Healing -... **Lieve Legrand**. Roteinde 99E. 2230 RAMSEL. De Zonnedrager. 016 48 13 32. www.dezonnedrager.be

Opendeurdag Toscanzahoeve. 20/6. 10u-18u. Doorlopend uitgestippelde hondenwandeling en hindernissenparcours. Vragen mogelijk over de workshops en (beroeps)opleidingen. Hulshoutse herdersclub (Industriepark Hulshout). Zuidgoordijkstraat 8. 2235 HULSHOUT. Toscanzahoeve. 0475 347 112. www.toscanzahoeve.be

Reiki. Universele levensenergie. 22/6 en 29/6. **Alexander Vervoort**. Amsterdamstraat 20. 2000 ANTWERPEN. Hairport Natuurkapper. 03 226 07 31. www.hairport.be

Sterven is geboren worden in het generzijdse... 23/6. 20u-22u30. Een nieuwe zienswijze op leven en dood. Is er leven na de dood? **Dr. Pieter C. Dagnelie**. Leeszaal bibliotheek. Deensestraat 6. 2500 LIER. De Kleine Bron. 03 225 02 27 - www.dekleinebron.be

www.imelda-vandemoortel.be

Infoavond holistic pulsing. 23/6. 19u30-21u30. Een uitnodiging tot ontspanning, bewustwording en ondersteuning van de gehele mens. **Imelda Van De Moortel**, Holistic Pulser. Lippelodorp 55b. 2890 LIPPELO. 052 33 10 34 - 0476 603 427. info@imelda-vandemoortel.be - www.imelda-vandemoortel.be

Wat is de bedoeling van een relatie en zijn meerdere relaties mogelijk? 24/6. 20u-22u30. Hoe weten we waar we mee bezig zijn?Wat zijn de voorwaarden voor een goede relatie, en zijn we wel volwassen genoeg om een tweede aan te kunnen. **Eric Schneider**. Valaarhof. Letterkundestraat 133. 2610 WILRIJK. De Kleine Bron. 03 225 02 27 - 0486 201 926. info@dekleinebron.be - www.dekleinebron.be

Hoe ziekteprogramma's deprogrammeren. 24/6. 10u-12u30. Deze derde van drie lezingen vormt een belangrijke inleiding tot de 3-daagse cursus 'zelfgenezing' op 9, 10 en 11 augustus. **Geneviève Cooreman**, Psychotherapeut. Turnhoutsebaan 381. 2110 WIJNEGEM. De Lichtbron vzw. 03 354 56 28. info@delichtbron.be - www.delichtbron.be

Unieke tv-show. 24/6. 18u45-23u. Medium Naomi Apachi Live On Stage, breng 1 foto/voorwerp van overleden pers/dier mee, boekbespreking & verkoop. **Naomi Apachi**. C. C. Luchtbal. Columbiastraat 8. 2030 ANTWERPEN. 0475 259 393. info@naomiapachi.be - www.naomiapachi.be

www.owc.be

Het wonder van vertrouwen. 28/6. 20u-22u. Kan je de nood aan controleren van je leven loslaten en vertrouwen op de wijsheid van een hogere kracht die al wat gebeurd is/ gebeuren zal leidt? **Tomas Vieira**. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. Oost West Centrum. 03 230 13 82. info@owc.be - www.owc.be

Een gezonde energie in een gezonde woning. 1. 20u-22u30. Je huis weerspiegelt als het ware wie je bent. Verandering brengen aan de buitenkant kan daarom ook je innerlijke transformatie sterk bevorderen en... **Geert Delanoeije**. Valaarhof. Letterkundestraat 133. 2600 WILRIJK. De Kleine Bron. 03 225 02 27 - 0486 201 926. www.dekleinebron.be

Rookvrije dansfuiven. 3/7. 20u-1u30. Iedere dansfuif begint voor wie dat wil met een uurtje dansinitiatie van 20-21u, daarna is het aan de DJ met alle soorten muziek voor alle leeftijden. **Dj Krikke**. Parochiezaal Zwaneven. Steenweg op Mol 161. 2360 OUD-TURNHOUT. De Kleine Bron. 03 225 0 227 - www.dekleinebron.be

Helderziende waarnemingen. 8/7. 20u-22u30. Tijdens deze middag en/of avond kunnen uw deelnemers vragen stellen over zichzelf, hun overleden dierbaren en/of levenden dierbaren. **Tressi Barros**. Valaarhof. Letterkundestraat 133. 2610 WILRIJK. De Kleine Bron. 03 225 02 27 - 0486 201 926. www.dekleinebron.be

BRUSSEL

Colloquium Back to Optimism. 11/6. 13u-18u30. Eerste colloquium van de Optimistenbond van België. Bozar. Ravensteinstraat 23 . 1000 BRUSSEL. Optimistenbond. 0475 535 383. www.optimistenbond.be

Gula Java: kokosbloesem suiker. 13/6. 11u-18u. Bio en Fairwordl suiker van de kokosbloesem: veel mineralen, veel antioxidanten en lage glycemische index. Kom deze lekkernij proeven! Natural Corner. Trapstraat 1. 1000 BRUSSEL. Noble-House. 03 653 25 41.

Transmissie, een meditatie voor de nieuwe tijd. 15/6, 22/6 of 29/6. 20u. Een eenvoudige groepsmeditatie als dynamische dienst aan de wereld en een krachtige vorm van geestelijke ontwikkeling. 1160 OUDERGEM. Transmissions. 02 538 21 61. transmisssions@skynet.be - www.sharenl.org Ook op andere plaatsen in Vlaanderen en Brussel.

Gula Java (kokosbloesemsuiker)-kokosolie en kokosmeel. 19/6. 9u-20u. Uitgebreide info en lekkere proeverijen met kokosolie, kokosmeel en kokosbloesemsuiker. Biomarkt. Jourdan Plaats. 1040 ETTERBEEK. Noble-House. 03 653 25 41.

Open wateravond. 23/6. 19u-21u. Levend water, vitaal water, vitaal osmosewater, water anders bekeken, info, testjes en proeven. **Christine Moens**. Jubelfeestlaan 147. 1080 BRUSSEL. 0486 280 799. christine_moens@skynet.be

Vitaal osmosewater? Info- en degustatieavond. 23/6. 19u-21u. Water enkel filteren is niet oké op termijn, water wenst zich ook zoals de mens en dier energetisch op te laden. **Christine Moens**, waterconsulente. Jubelfeestlaan 147. 1080 BRUSSEL. 0486 280 799 - 02 4281550. Christine_moens@skynet.be

LIMBURG

Dag van het Licht. 20/6. Spirituele Happening voor het hele gezin, met openluchtbeurs, lezingen en mini-workshops voor volwassenen en kinderen! Vogelsancklaan 303. 3520 ZONHOVEN. Atman Buddhi Centrum. 011 82 54 38. info@atman-buddhi-centrum.eu - www.atman-buddhi-centrum.eu

OOST-VLAANDEREN

Munay-ki initiaties. 10/6. 20u-22u30. Een energetische kwantumsprong in de menselijke evolutie. **Martine Claeren**. Centrum Jana. Sint Pietersaalststraat 74. 9000 GENT. Nadia Jacob. 0477 522 725. info@martineclaeren.be - www.martineclaeren.be

De weg naar bewustwording. 10/6. 19u30-21u30. Ieder van ons heeft de keuze om 'bewust' of 'onbewust' in het leven te staan. Een unieke uiteenzetting voor mensen die 'bewust' willen gaan leven. **Krishnaraj, Francis Vereulen**, Kasteel Walburg, Gerard De Cremerzaal. Walburgstraat 35. 9100 SINT-NIKLAAS. Experience Your Life. 03 294 41 32. experienceyourlife@me.com

Opendeurdag Cressana. 12/6 of 13/6. Zelf een kijkje nemen in de waterkerskwekerij. Borstekouterstraat 66. 9630 ZWALM. Cressana. 055 49 73 00. www.cressana.com

Krill olie, superieure vorm van omega 3 vetzuren. 14/6. 14u30-17u. Het belang van omega 3 vetzuren voor een goede gezondheid. Welke omega 3 kiezen? Een open gesprek over het belang van de kwaliteit van de omega 3. **Heidi Claeys**. Maenhoutstraat 75. 9830 SINT-MARTENS-LATEM. Today. 09 280 04 26. today.latem@skynet.be

Schuldgevoelens en piekeren. 17/6. 20u15-22u30. Leren loslaten. **Marc Van Den Herrewegen**. Stationsplein 13. 9500 GERAARDSBERGEN. De Voedingspyramide. 054 42 35 38. www.voedingspyramide.be

Slaapproblemen: wat kan je eraan doen? 20/6. 10u-12u30. Slaapstoornissen wijzen op een overbelasting van het centrale zenuwstelsel. Hoe kom je tot meer rust in jezelf? Tips vanuit verschillende invalshoeken. **Tiny Velghe**. Maretak 87. 9250 WAASMUNSTER. Coming Home. 03 288 13 20 - 0495 521 879. cominghome@telenet.be

Hoe je karma in liefde te herkennen? 21/6. 20u-22u30. **Ronald van de Peppel**. Huickstraat 6. 9190 STEKENE. De Kleine Bron. 03 225 02 27 - 0486 201 926. info@dekleinebron.be - www.dekleinebron.be

Ligconcert approaching silence. 26/6. 20u-21u15. Approaching Silence voert het liggend publiek, in het unieke kader van een binnenschip, improviserend mee naar een klankenwereld van ritme en rust. Kunstschip Gandavus portus. Visserij 44-47. 9000 GENT. Approaching Silence. 056 77 33 92.www.approachingsilence.be

Alleen-zijn: van éénzaamheid en verdriet naar kracht en uitstraling. 27/6. 10u-12u30.

ELINE ROOTSAERT
SCHOOL VOOR ASTROLOGIE
Cursus & Consultatie
Voor Jezelf & Je Relatie
www.schoolvoorastrologie.be

In onze maatschappij is er een groeiend aantal alleenstaanden. Voor velen is dit zwaar. Hoe kan je gelukkig zijn en stralen, zelfs in je alleen-zijn? **Tiny Velghe**. Maretak 87. 9250 WAASMUNSTER. Coming Home. 03 288 13 20 - 0495 521 879. cominghome@telenet.be

Piekeren: hoe geraak je eruit? 4/7. 10u-12u30. Piekeren is enorm energievretend. Hoe ontsnap je uit dit web van negatieve gedachten die je meesleuren in een neerwaartse spiraal? **Tiny Velghe**. Maretak 87. 9250 WAASMUNSTER. Coming Home. 03 288 13 20 - 0495 521 879. cominghome@telenet.be

VLAAMS BRABANT

Gula Java : kokosbloesemsuiker. 12/6. 9u30-18u. Bio en fairworld suiker van de kokosbloesem: veel mineralen, veel antioxidanten en lage glycemische index. Kom deze lekkernij proeven! Bioshop Jowan. Brusselsesteenweg 155. 1785 MERCHTEM. Noble- House. 03 653 25 41.

Infoavond zakelijke opportuniteit Xango. 15/6. Spiegellaan 65. 1785 MERCHTEM. Philippe Casiries. 0475 246 482. philippe@golifestyle.biz - www.golifestyle.biz

Een duidelijke keuze voor zelfbewustzijn. 15/6. 20u-22u30. Is dit nu het wat ik wil? Wat wil ik juist én hoe kan ik het bereiken? Het is vanuit dit groeiend zelfbewustzijn dat je zelf antwoorden ontdekt. **Katrin Van Bladel**. Kadol 6. 1851 GRIMBERGEN (HUMBEEK). Evolving Clarity. 0495 22 83 44. www.evolvingclarity.be

EyeYoga: breng rust in je hoofd en lichaam. 16/6. 20u-22u30. Het is een innovatieve, eenvoudige én krachtig methode om d.m.v. oogbewegingen volgens een bepaald patroon tot rust en nieuwe inzichten te komen. **Liesbeth Michiels**. Kadol 6. 1851 GRIMBERGEN (HUMBEEK). Evolving Clarity. 0495 22 83 44. www.evolvingclarity.be

Het Pad van de Sjamaan. 18/6. 19u-22u. Wie is de sjamaan, en wat doet hij – wat is sjamanisme? Een stapje dichter naar sjamanisme voor één keer niet in de praktijk, maar als lezing! **Hilde Goris**. La Riposa. Warotstraat 54. 3020 VELTEM-BEISEM. Heyokateljee vzw. 0475 506 667. www.wildeganzen.be

Crudo Café. 18/6. 19u-22u. Boekencafé Zonnekompas in Leuven wordt omgetoverd tot een raw food restaurant. Kom proeven en genieten van de rauwe keuken in een gezellig kader. Brusselsestraat 146. 3000 LEUVEN. Ethisch Vegetarisch Alternatief. 0479 985 787. www.vegetarisme.be/crudocafe

BodyTalk Presentatie. 22/6. 19u30-22u. Maak kennis met BodyTalk: presentatie van het systeem en de cursussen + Leer de cortices techniek. **Chantal Remmerie**, erkend BodyTalk beoefenaar. Domein Koningsteen. Oxdonkstraat 168. 1880 KAPELLE-OP-DEN-BOS. Chan'Talk. 0476 207 646 - 016 40 87 19. www.chantalk.be

Wat is psycho-energetisch coachen? 30/6. 20u-22u. Alle praktische vragen in verband met onze 4-jarige opleiding psycho-energetisch coachen, worden hier verhelderd. **Jan Raes**. De Kluizerij. Aalstersedreef 1b. 1790 AFFLIGEM. Epeca. 03 644 53 01. www.epeca.eu

BodyTalk Presentatie. 1/7. 20u-22u. Maak kennis met BodyTalk : presentatie van het systeem en de cursussen + Leer de cortices techniek. **Chantal Remmerie**, Erkend BodyTalk beoefenaar. Boetsenberg 27. 3053 HAASRODE. Chan'Talk. 0476 207 646 - 016 40 87 19. www.chantalk.be

WEST-VLAANDEREN

The Human Pin Code. 10/6. 20u-22u. Het uitgangspunt van The Human Pin Code is de geboortedatum en geeft inzicht in jezelf en inzicht in je relaties. **Marie-José Capello**. Het Meersenhuis. Oostmeers 3. 8000 BRUGGE. De Essentie. 0495 551 416. www.deessentie.org

Strandwandeling en -meditatie. 14/6. 14u30-17u. We verbinden ons met de 4 elementen, die aan zee altijd aanwezig zijn en met de energie van de dag. Dit keer is het thema: angst. **God&Lieve Van Der Taelen**. Bijeenkomst Paravang. Jachthaven. 8370 BLANKENBERGE. Drie Veren. 0475 904 762. www.drieveren.be

Open wateravond. 22/6. 20u-22u. Hoeveel water moeten we drinken? En wat gebeurt er als we dat niet doen? **Raphaël Claessens**. Moritoenhuis. Lange Vesting 112. 8000 BRUGGE. Haa2ooh. 03 899 05 55. www.haa2ooh.be

Zomerstage Esperanto in Slowakije

Doe eens iets anders deze zomer!

Wat is Esperanto?

Het is een taal die erg geschikt is voor internationale communicatie. Belangrijke kenmerken van het Esperanto:

* Internationaal: Esperanto is vooral handig voor communicatie tussen mensen van verschillende nationaliteit die niet dezelfde moedertaal hebben.
* Neutraal: Esperanto behoort niet aan een bepaald volk of land toe en functioneert daarom als een neutrale taal.
* Gelijkheid: Wanneer je Esperanto gebruikt, voel je je gelijkwaardiger wat de taal betreft, vergeleken met een situatie waarin je bijvoorbeeld Engels spreekt met iemand die het Engels als moedertaal heeft.
* Relatief gemakkelijk: Dankzij de regelmatige structuur van deze taal is Esperanto in het algemeen veel gemakkelijker te leren dan andere moderne vreemde talen.
* Levend: Esperanto ontwikkelt zich net als andere levende talen, en alle facetten van het menselijk denken en voelen kunnen er in verwoord worden.

Het idee

Het basisidee van Esperanto gaat over het ondersteunen van tolerantie en respect tussen mensen van verschillende volkeren en culturen. Communicatie is immers essentieel voor onderling begrip en als de communicatie plaatsvindt d.m.v. een neutrale taal, kan dat het gevoel ondersteunen dat men 'op gelijke voet met elkaar staat' en respect voor elkaar heeft.

Op het Internet

Als je van e-mailen, chatten of nieuwsgroepen houdt, zijn er mogelijkheden te over om met andere Esperanto-sprekers te communiceren over allerlei verschillende onderwerpen. Internet en Esperanto passen eigenlijk perfect bij elkaar!

Op reis

Met Esperanto 'in je bagage' wordt reizen pas echt interessant. Je kunt (meestal gratis) bij andere Esperanto-sprekers thuis logeren en op die manier het land / de regio van dichtbij leren kennen. Er worden regelmatig verschillende soorten bijeenkomsten georganiseerd met het Esperanto als voertaal. Voorbeelden zijn: het Internacia Junulara Kongreso (een bijeenkomst van ca. 400 jongeren), de Printempa Semajno Internacia (familiebijeenkomst in Duitsland), het Universala Kongreso (de grootste van alle bijeenkomsten, met meestal meer dan 1500 deelnemers) en de Junulara Esperanto Semajno (een groot nieuwjaarsfeest in Polen).

Zomerstage Esperanto

Van 2 tot 10 juli vind in de West-Slowaakse badplaats Piešťany voor de derde keer een 'fysieke Lernu-bijeenkomst' plaats. Mensen die Esperanto hebben geleerd via de website **www.lernu.net** en elkaar kennen via e-mail, chatten en Skype, ontmoeten elkaar daar 'in het echt'. Het programma bestaat uit meerdere onderdelen: 's morgens - Esperanto-onderwijs; 's middags - excursies, lezingen, knutselen, sport, werkgroepen enz.; 's avonds - Nationale en Internationale Avond, concerten, kijken naar films, discotheek... Esperanto-onderwijs onder leiding van ervaren onderwijzers in 4 groepen volgens taalniveau. Het lernu!-programma wordt verzorgd door het lernu!-team. Het is mogelijk een presentatie bij te wonen over lernu.net, het vertaalsysteem van de website e.d. Je kunt wanneer dan ook vragen stellen of voorstellen doen die verband houden met de website.

Alle info kan je bekomen bij **Yves Nevelsteen** (yves@agendaplus.be), die aanwezig zal zijn op deze bijeenkomst, of via onderstaande website:

www.agendaplus.be/esperanto

[C] Cursus [O] Opleiding [W] Workshop
[AN] Antwerpen [BR] Brussel [OV] Oost-Vlaanderen [WV] West-Vlaanderen
[VB] Vlaams Brabant [LI] Limburg [WA] Wallonië [BT] Buitenland

In deze agenda vind je activiteiten die meestal vereisen dat je op voorhand contact opneemt met de organisator. Het gaat om cursussen, opleidingen en workshops.

Deze activiteiten worden ingedeeld per thema en per datum. Voor de titel van de activiteit vind je een aanduiding om welk soort activiteit het gaat en in welke provincie ze doorgaat.

Net zoals in de rubriek 'Van dag tot dag' worden alleen activiteiten opgenomen van de 10de van de maand van verschijning tot de 9de van de maand erop.

De redactie kan de juistheid van de gegeven informatie niet garanderen. We nodigen je uit om behoedzaam te zijn en enig oordeelsvermogen aan de dag te leggen

Astrologie

[W][OV] Case study: astro-medisch. 17/6. 20u-22u30. AstroMedisch: over de moderne stoornissen en verslavingen allerhande. **Dr. Rini Verpraet**. School Voor Astrologie. Muntestraat 20. 9860 SCHELDEWINDEKE. 09 362 23 65 - 0476 374 372. www.schoolvoorastrologie.be

Aura's en chakra's

[W][AN] Chakra healing - keelchakra. 13/6. 10u-17u. Chakra's zijn energiecentra die samenvallen met zenuwknoopunten in je lichaam. Ze spelen een belangrijke rol in de energie van je lichaam. **Yashodhara Van Melkebeke**. Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. 03 230 13 82. info@owc.be - www.owc.be

Ayurveda

www.ayurvedaschool.be

[C][AN] Open avond Ayurvedaschool. 9/6. 20u-22u. Voorstelling van de mogelijkheden om Ayurveda te studeren. **Anil Mehta, Peter Van Herck**. Uveda Nv. Ayurvedaschool Antwerpen. Eliaertsstraat 25. 2140 BORGERHOUT (ANTWERPEN). 0475 767 725. contact@ayurvedaschool.be - www.ayurvedaschool.be

[W][AN] Stressbeheersing met ayurveda. 10/6. 20u-22u. Na een korte situering van Ayurveda en uiteenzetting van de belangrijkste basisprincipes, bekijken we hoe stress onze unieke energetische verhouding (vata-pitta-kapha) uit balans kan brengen. **Hans Laureyssen**. Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. 03 230 13 82. info@owc.be - www.owc.be

[W][OV] Ayurvedisch koken. 10/6. 19u. **Dr. Shubanghee**. School van Ayurveda vzw. Molenaarsstraat 111-45. 9000 GENT. 051 51 07 66. www.lies-ameeuw.be

[C][OV] Kookcursus ayurvedisch-vegetarisch koken. 12 tot 13/6. 10u-16u30. praktische kookcursus met 15 ayurvedisch-vegetarische recepten, ook voor kinderen, bouwstenen, combinaties, kookschema's, kruidig maar niet pikant. **John Marchand**, docent ayurveda. Yah vzw. Kruidenboerderij De Bloeiende Gaarde. Bellestraat 55. 9280 LEBBEKE. 0472 245 669. ayurveda@telenet.be - www.yoga-ayurveda.be

www.lies-ameeuw.be

[W][OV] Voorstelling boek «Ayurveda vanuit het hart». 13/6. 15u. Het nieuwe standaardwerk. Toegankelijk geschreven met talloze voorbeelden uit de praktijk. **Lies Ameeuw**. School van Ayurveda vzw. Molenaarsstraat 111-45. 9000 GENT. 051 51 07 66. www.lies-ameeuw.be

[C][OV] Technieken van de helende ayurvedische massage abhyanga deel3. 20/6. 10u-16u30. Ayurvedische drukpunt-massage: technieken v/d MARMA-massage, lokalisatie van de 107 drukpunten, relatie van drukpunten met inwendige organen & energie. **John Marchand**, docent ayurveda. Yah Vzw. Kruidenboerderij De Bloeiende Gaarde. Bellestraat 55. 9280 LEBBEKE. 0472 245 669. ayurveda@telenet.be - www.yoga-ayurveda.be

[C][OV] Intensieve Ayurvedische Massage Training voor professionals. 26 tot 27/6. 10u-21u. Propriocepcis, pranayama & pranic healing, orgaanmassage, specifieke massage toepassingen & tegenindicaties, Self Care van de masseur. **John Marchand**, docent ayurveda. Yah Vzw. Kruidenboerderij De Bloeiende Gaarde. Bellestraat 55. 9280 LEBBEKE. 0472 245 669. ayurveda@telenet.be - www.yoga-ayurveda.be

Bachbloesems

DE WALNOOT
RUIMTE VOOR LEVEN&KUNST
ADVIES & OPLEIDING BACH REMEDIES
www.dewalnoot.be

[C][AN] Bach Remedies voor kinderen. 12/6. 9u-17u. In deze Themadag gaan we dieper in op de diverse benaderingen en mogelijkheden in het begeleiden van kinderen. Basiskennis Bach Remedies vereist. **Jef Strubbe**, Erkend docent Dr. Edward Bach Foundation Engeland. De Walnoot. Hanendreef 135. 2930 BRASSCHAAT. 03 653 47 53. bachbloemen@dewalnoot.be - www.dewalnoot.be

[W][WV] Zeg het met bloemen... Workshop Bachbloesems. 17/6. 19u30-21u30. Puur intuïtief een bloesem kiezen of toch liever bewust? Het kan allemaal. Je ziet wel wat het je brengt. Geen voorkennis vereist. **God&Lieve Van Der Taelen**, holistisch therapeut. Drie Veren. Zeedijk 48 app 6.2. 8370 BLANKENBERGE. 0475 904 762. info@drieveren.be - www.drieveren.be

[C][LI] Erkende Basiscursus Bach Remedies. 26 tot 27/6. 9u-17u. Je leert alles wat nodig is om zelfstandig en correct te kunnen werken met de Bach Remedies. Uitgebreide info en praktijk. Certificaat Bach Centre. **Jef Strubbe**, Erkend Docent. Olga Koppen - De Walnoot Vzw. Zaal De Kwint. Heuvenstraat 9. 3520 ZONHOVEN. 011 22 83 30 - 0478 21 81 26. Globi-@telenet.be - www.dewalnoot.be

Biodanza®

BIODANZA®
vakantie in Frankrijk.
Het leven vieren!
www.biodanzainvlaanderen.be

[C][VB] Biodanza® - Elke maandag in Wilsele - Leuven. 14/6. 19u30-21u30. Een hartelijke groep, gevarieerde muziek en de kans om te genieten van het dansen en jezelf te durven zijn : voor iedereen! **Michèle De Moor**. Aum Ruimte. 3012 WILSELE. 0498 614 146. demoormichele@yahoo.fr - biodanzamdm.be

[C][OV] Biodanza dinsdagavond in Gent, dans van het leven. 15/6 of 29/6. 20u-22u. De taal van het lichaam en het leven zegt zoveel meer dan woorden. Kom proeven en bewegen, dan kan je ondervinden of Biodanza iets voor jou is. **Katharina Mertens**. Groeikracht. Centrum Yalu. Land van Waaslaan 101. 9040 SINT-AMANDSBERG (GENT). 053 84 00 27 - 0496 511 516. info@groeikracht.eu - www.groeikracht.eu

[C][OV] Biodanza elke dinsdagochtend in Gent, dans van het leven. 15/6, 22/6 of 29/6. 10u-12u. De taal van het lichaam en het leven zegt zoveel meer dan woorden. Kom proeven en bewegen, dan kan je ondervinden of Biodanza iets voor jou is. **Katharina Mertens**, Biodanzaleerkracht0. Groeikracht. Centrum Yalu. Land van Waaslaan 101. 9040 SINT-AMANDSBERG (GENT). 053 84 00 27 - 0496 511 516. info@groeikracht.eu - www.groeikracht.eu

[C][OV] Biodanza in Aalst, dans van het leven en het ABC van het hart. 17/6, 24/6 of 1/7. 19u-21u15. Proef en kom bewegen, reageren, echt zijn! Breng je mogelijkheden tot vitaliteit, enthousiasme, openheid, verbinding, creativiteit in beweging. **Katharina Mertens**, Biodanzaleerkracht. Steunpunt Welzijn. Ontmoetingscentrum De Brug. Hertshage 11-19. 9300 AALST. 053 73 08 91 - 0496 511 516. info@groeikracht.eu - www.groeikracht.eu

[C][OV] Biodanza in Oudenaarde, breng je Leven in beweging. 21/6. 19u30-21u30. Gevarieerde muziek stimuleert op een positieve manier jouw beweging. Je ontdekt er een hartelijke taal, die alle mensen op de wereld begrijpen. **Katharina Mertens**, Biodanzaleerkracht. Steunpunt Welzijn. De Ast. Zakske 2. 9700 OUDENAARDE. 053 73 08 91 - 0496 511 516. info@groeikracht.eu - www.groeikracht.eu

[W][WA] Biodanza® - Contact, de bron van waardering voor jezelf. 27/6. 10u-16u. Al dansend verkennen we stap voor stap verschillende manieren en niveaus van contact en ontwikkelen we een affectieve manier van aanraken. Zo voeden we en versterken we de waardering voor onszelf. **Michèle De Moor**.

AYURVEDASCHOOL ANTWERPEN

Anil K. Mehta – Peter Van Herck

Open avond op 9 juni om 20u

www.ayurvedaschool.be

La Source Sauvage. 4900 SPA. 0498 614 146. demoormichele@yahoo.fr - biodanzamdm.be

[W][OV] Biodanzadag: Van Nature. 4/7. 10u-18u. Alles is natuur, alles is leven, bewegen, vieren dansen, beleven. Dansen op de klanken en het ritme van de natuur in en rondom ons. Voor iedereen ! **Katharina Mertens**. Groeikracht. Centrum De Warande. Achterstraat 2. 9450 HAALTERT. 0496 51 15 16 - 053 84 00 27. info@groeikracht.eu - www.groeikracht.eu

[C][VB] Biodanza® - Elke maandag in Wilsele - Leuven. 5/7. 19u30-21u30. Een hartelijke groep, gevarieerde muziek en de kans om te genieten van het dansen en jezelf te durven zijn : voor iedereen! **Michèle De Moor**. Aum Ruimte. 3012 WILSELE. 0498 614 146. demoormichele@yahoo.fr - www.biodanzamdm.be

[W][AN] Biodanza Beerse. 6/7. 19u30-21u30. Kennismakingles Biodanza. Prijs 7 euro..Gratis voor wie deze ageplus bij heeft. Nadien 6 lessen om de 14 dagen. Zie alle info op de website. **Laurent D'Haeseleer**, Biodanzaleraar. Dansbiodanza. De Kleine Bron. Heibergstraat 24. 2340 BEERSE. 014 50 65 65. www.dansbiodanza.be

BIODANZA®
vakantie in Spanje.
De kunst van de ontmoeting
www.dansbiodanza.be

BodyTalk

[W][VB] BodyTalk Access. 26/6. 9u30-17u. Ondersteun je gezondheid met 5 krachtige technieken en gebruik ze als snelle hulp. **Anja Van Leysen, Chantal Remmerie**. Chan'Talk. Chan'Talk praktijkruimte. Boetsenberg 27. 3053 HAASRODE. 016 40 87 19 - 0476 207 646. chantalk@telenet.be - www.chantalk.be

Chinese geneeskunde

[W][OV] Chi Neng Qigong voor beginners - 3d. 11 tot 13/6. 12u-17u. Tijdens de 3-daagse WS ligt de aandacht vooral op trainen onder persoonlijke aandacht, worden de bewegingen verfijnd, kom je in balans en tot rust. **Tilla Van Opstal**. Chi Neng Institute. 't Leerhof. Hollebeekstraat 6. 9661 PARIKE. 03 288 45 08. www.chineng.be

[W][OV] Chi Neng Qigong voor beginners -1d. 20/6. 10u-17u. Na deze 1-daagse ws kan je thuis, afgestemd op kosmische qi, deze eenvoudige diepwerkende bewegingen oefenen om je welbevinden heel snel te verbeteren. **Tilla Van Opstal**. Chi Neng Institute. De Blauwe Poort. Collegebaan 49. 9090 MELLE. 03 288 45 08. tilla@chineng.eu - www.chineng.be

Coaching

Leer coachen!
OPEN COACHING
www.coachingyou.be

[C][AN] Coach jezelf in je relaties. 15/6 en 22/6. 9u30-16u30. I love you not because of who you are, but because of who I am when I am with you... Welke patronen zijn de rode draad in je relatie(s)? **Eva Storm**, coach & trainer. Lazuli-Coaching. De Wegwijzer. Leeuwerikstraat 18-20-22. 2018 ANTWERPEN. 050-67 91 39 - 0475 24 24 12. www.lazuli-coaching.com

Opleidingscentrum Lazuli-Coaching .com

[W][OV] Hoe begrijp ik mijn (levens)problemen? 26/6. 10u-17u. Men kan vragen stellen over problemen, die men in het dagelijkse leven ontmoet. Buiten analyse, symboliek en inzicht worden oplossingen aangereikt. **Adriaan van Zelst**. Centrum Jana. Sint - Pietersaalststraat 74. 9000 GENT. 0474 522 725. www.janaweb.org

Communicatiemethoden

[W][OV] Lichaamstaal. 19/6. 10u-17u. Je leert verrassend veel over wat je eigen lichaam vertelt en dat van anderen. Meer dan de helft van onze communicatie gebeurt via non-verbale signalen. **Lieve Hiel**. Centrum Jana. Maria Hendrikaplein 5 - 6. 9000 GENT. 0474 522 725. www.janaweb.org

Creatieve expressie

[W][OV] Intuïtief schilderen met Marha. Elke week op di-wo-do of zaterdag. 14u-17u. Emoties worden omgezet in fantastische creaties op doek, papier, hout enz. Geen voorkennis vereist want het moet allemaal heel spontaan gebeuren. **Marha**. Kunstatelier Berkana. Rijststraat 6. 9688 SCHORISSE. 055 30 58 01 - 0499 294 638. marha.schorisse@gmail.com - www.kunstatelier-berkana.be

[W][VB] Meditatief schilderen. 20/6. 10u-17u. Creativiteit is het vermogen te reageren op alles wat zich rondom ons afspeelt. **Rita Bellens**. Oost West Centrum. Leuven CreaRuimte. Elfnovemberlaan 58. 3010 KESSEL-LO. 03 230 13 82. info@owc.be - www.owc.be

[W][AN] Oceandrum. 20/6. 10u30-18u. We brengen de rust van waterenergie in handbereik via oefeningen, dans, meditatie en het opbouwen van je oceaandrum. **Min Spillemaeckers**. In Den Ateljee Vzw. Antwerpsedreef 117. 2980 ZOERSEL. 03 383 32 01. www.indenateljee.be

[C] Cursus [O] Opleiding [W] Workshop [AN] Antwerpen [BR] Brussel [OV] Oost-Vlaanderen
[WV] West-Vlaanderen [VB] Vlaams Brabant [LI] Limburg [WA] Wallonië [BT] Buitenland

Dans

[C][OV] NIA. van 10 tot 24/6. 20u45-21u45. Bewegingsvorm op muziek geïnspireerd op dans, krijgskunsten en yoga. Lichaam (conditie), geest (creativiteit) en emoties (plezier) staan centraal! Eniava. Sporthal Latem-Deurle. Hoge Heirweg 64. 9830 SINT-MARTENS-LATEM. 0475 28 64 28. www.eniava.be

[W][WV] Sacrale dans. 10/6 of 17/6. 9u30-11u. SacraleDans of meditatie in beweging. Dansend op zoek gaan naar wie je in wezen bent, je hart, geest en ziel verbinden. **Rika Vandevenne**. Het Oneindige vzw. Geitestraat 25. 8870 IZEGEM. 051 31 63 91. rika@hetoneindige.be - hetoneindige@skynet.be

[W][WV] Sacrale dans. 10/6 of 17/6. 20u-21u30. SacraleDans of meditatie in beweging. Dansend op zoek gaan naar wie je in wezen bent, je hart, geest en ziel verbinden. **Rika Vandevenne**. Het Oneindige vzw. Geitestraat 25. 8870 IZEGEM. 051 31 63 91. rika@hetoneindige.be - www.hetoneindige.be

[W][OV] Ont-moeten - 5 ritmes dansdag. 12/6. 10u30-17u. Door samen te dansen, worden ontmoetingen intenser en authentieker. We gaan ook ont-moeten, even niet-moeten, maar mogen, mogen bewegen. **Leen De Vuyst**. Therapeutische Praktijk. De Blauwe Poort. Collegebaan 55. 9090 MELLE. 050 57 04 53. www.therapeutischepraktijk.be

[W][OV] The Heart of Body Wisdom. 12 tot 13/6. Wie al langer de 5 ritmes danst weet dat er ook emoties in beweging komen. Tijdens dit weekend luisteren we naar de groeimogelijkheden van ons hart. **Anne Geerts**, 5 Ritmesdocente. Dans Het Leven. ES-centrum. destelbergenstraat 49. 9040 GENT. 0476 898 006. www.danshetleven.be

[W][BT] Trancedans met thema 'Inzicht'. 12/6. 20u-22u30. Deze trancedans is gekaderd in een langere reeks, maar waarin je ook aan een losse avond kan deelnemen. Het thema van deze avond is 'inzicht'. **Aernoudt Knecht, Nandi Van Houwelingen**. Tools Voor Transformatie. Centrum Aquamarijn. Stratumsedijk 57. 5611NC EINDHOVEN.Nederland. 0479 423 411. www.trancedans.net

[W][WV] Sacrale dans. 14/6. 20u-21u30. SacraleDans of meditatie in beweging. Dansend op zoek gaan naar wie je in wezen bent, je hart, geest en ziel verbinden. **Rika Vandevenne**. Het Oneindige Vzw. Geitestraat 25. 8870 IZEGEM. 051 31 63 91. www.hetoneindige.be

[W][OV] Passiedans. 17/6, 24/6 en 8/7. 20u-22u. Dans je vuur! Speels exploreren op swingende melodieën.3 avonden waar vreugde en genieten centraal staan! Uit het hoofd en in je lijf! **Machteld Peeters**. Kunstencentrum 't EY. Koutermolenstraat 6b. 9111 BELSELE. 0475 851 946.

[W][OV] Passiedans. 18/6, 25/6 en 2/7. 20u-22u. Dans je vuur! Speels exploreren op swingende melodieën.3 avonden waar vreugde en genieten centraal staan! Uit het hoofd en in je lijf! **Machteld Peeters**. Droomatelier. Huikstraat 6. 9190 STEKENE. 0475 851 946.

[W][LI] Open Trancedansavond. 19/6. 20u-22u30. De studenten van de opleiding tot Trancedans-begeleider verzorgen een dans waarin je kan komen proeven, ontdekken en kennismaken. Graag inschrijven! **Aernoudt Knecht, Els Van Sonhoven**, lesgever, lesgever. Tools Voor Transformatie. Kasteel Nieuwenhoven. Engelbamp 55. 3800 SINT-TRUIDEN. 0479 423 411. www.trancedans.net

[C][OV] Cirkeldans in Haaltert (tegen Aalst), maandelijkse avond. 22/6. 19u30-21u30. Meditation des Tanzes - Sacred Dance. Maandelijkse avond, volgens thema dat verbonden is met de tijd van het jaar in de natuur en diverse religies. **Katharina Mertens**. Groeikracht. Centrum De Warande. Achterstraat 2. 9450 HAALTERT. 053 84 00 27 - 0496 511 516. www.groeikracht.eu

[C][OV] Cirkeldans in Haaltert, maandelijkse avond. 22/6. 19u30-21u30. Meditation des Tanzes - Sacred Dance. Maandelijkse avond, volgens thema dat verbonden is met de tijd van het jaar in de natuur en diverse religies. **Katharina Mertens**. Groeikracht. Centrum De Warande. Achterstraat 2. 9450 HAALTERT. 053 84 00 27 - 0496 511 516. info@groeikracht.eu - www.groeikracht.eu

[W][AN] The Eye of the Storm. 26 tot 27/6. 11u-18u. We dansen de 5 ritmes en creëren zo een continuüm van bewegende energie. **Alain Allard**. Oost West Centrum. Koninklijk Atheneum Deurne. Jan Brochovenstraat. 2100 DEURNE. 03 230 13 82. info@owc.be - www.owc.be

[W][WV] Souldance Fuif. 26/6. 20u-2u. Vier de start van de zomervakantie met een rookvrije fuif in Souldance. **Nele Vandezande**, 5 ritmes teacher. Souldance. Overheulestraat 237. 8560 MOORSELE. 056 21 32 02. www.souldance.be

[C][OV] 5 Ritmes: open les. 27/6. 10u30-12u30. De 5 Ritmes zijn een natuurlijke manier van bewegen die jou helemaal terug bij zinnen brengt. Geen vaste danspasjes, wel instructies om los te komen. **Anne Geerts**, 5 Ritmesdocente. Dans Het Leven. Polariteit. Verkortingstraat 55. 9040 GENT. 0476 898 006. www.danshetleven.be

[C][OV] 5 Ritmes: reeks. 28/6. 20u-22u. De 5 Ritmes zijn een

Werk aan je persoonlijke groei en leer anderen te coachen! Volg de opleiding tot Spiritueel Werker Aurora®
Voor mensen die - meer uit hun leven willen halen.
- hun kwaliteiten willen ontwikkelen.
- 'n aantal levensthema's/technieken binnen het eigen beroep willen integreren of een praktijk willen starten.
Doe mee aan een introductietraining!
Uitgebreide info zie www.spiritueelcentrumaurora.nl
(Vlak over de grens bij Lommel)

[C] Cursus [O] Opleiding [W] Workshop [AN] Antwerpen [BR] Brussel [OV] Oost-Vlaanderen
[WV] West-Vlaanderen [VB] Vlaams Brabant [LI] Limburg [WA] Wallonië [BT] Buitenland

natuurlijke manier van bewegen, waarbij bewust met aandacht bewogen wordt op allerlei muziek. In vaste groep duiken we dieper. **Anne Geerts**, 5 Ritmesdocente. Danshetleven. ES-centrum. Destelbergenstraat 49. 9040 GENT. 0476 899 006. www.danshetleven.be

[W][WV] Let's Move. 2/7. 19u30-21u30. Losse sessie Dans de 5 Ritmes. **Nele Vandezande**. Souldance. Overheulestraat 237. 8560 MOORSELE. 056 21 32 02. www.souldance.be

Souldance vzw
centrum voor persoonlijke groei & gezondheid
opleidingen - workshops - groepspraktijk
www.souldance.be

[W][WV] The Art of Freedom - dansweek. 5 tot 9/7. 10u-17u. Overstijg je beperkingen en leer je schaduwzijden kennen. Leer de kracht en de kunst van jouw vrijheid. **Nele Vandezande, Kurt Pattyn**, 5 ritmes teacher, centering teacher. Souldance. Overheulestraat 237. 8560 MOORSELE. 056 21 32 02. www.souldance.be

[W][VB] Diving deeper - 5 ritmes en zweethut. 9 tot 11/7. 19u30-17u. We komen samen op een prachtige plek in de natuur om te dansen en te vieren, met 5 ritmes dans en zweethut. **Leen De Vuyst, Henk Dewitte**. Therapeutische Praktijk. Koningsteen. Oxdonkstraat 168. 1880 KAPELLE-OP-DEN-BOS. 050 57 04 53. www.therapeutischepraktijk.be

De dood en erna

Touched Productions
bringing the 2 worlds together
Isabelle Duchene
www.ducheneisabelle.com

[W][AN] Seance-avond. 12/6, 2/7. 19u30. Avonden waar contact met de overkant wordt opgenomen. Isabelle geeft aan wat er aanwezig is, contact kan niet afgedwongen worden. Indien de energie het toelaat doet zij ook een korte trance-sessie met Red Cloud. **Isabelle Duchene**. Touched Productions. Deurnestraat 162. 2640 MORTSEL. 03 326 46 86. www.ducheneisabelle.com

Emotional Freedom Techniques

[W][WV] Remmingen loslaten met EFT. 10/6. Interactieve workshop waarin je leert hoe je met een even eenvoudige als revolutionaire techniek alles wat je in je leven blokkeert loslaat. **Koen Van Reeth, Veronique Schelfaut**. Boekhandel Littera/ Studiekring Orenda. Sarephta. Ezelstraat 26. 8000 BRUGGE. 050 33 70 04. littera@johannes.be - www.littera.be

Emotioneel lichaamswerk

[W][VB] Emotioneel lichaamswerk: basisreeks. 14/6, 21/6 of 28/6. 19u45-22u15. Via lichaamsgerichte oefeningen kan je je lichaam en emoties ervaren; vrijer uiten wat in je leeft; genieten; ontspannen. **Jean-Pierre Perron.** Zaal Ter Yse. Stationstraat 6. 3090 OVERIJSE. 0487 572 094. www.energia-energia.be

[W][WV] Het levendige lichaam, bio-energetica sessie. 16/6. 19u30-21u30. Via oef maken we ons spierpantser losser, waardoor onze energie weer (meer) kan stromen en we wat meer thuis komen bij onszelf en in ons lichaam. **Anouk Maeckelberghe**. Centrum De Ruimte. Romestraat 71. 8400 OOSTENDE. 059 27 43 00. anoukmaeckelberghe@hotmail.com - www.centrumderuimte.be

[W][LI] Weekend Emotioneel Lichaamswerk. 18/6 - 20/6. In deze training gebruiken we het lichaam als bron. Je gaat laag voor laag de weg terug naar binnen, waar zowel vreugde als pijn worden aangeraakt zodat de levensenergie weer kan gaan stromen. **Koos Broer, Marijke Wubben.** Kasteel de Schans. Kasteelstraat 18. 3680 OPOETEREN. 089 62 92 62 www.kasteeldeschans.com

[C][OV] Losse Vakantiesessies Bio-Energetisch Lichaamswerk. 8/7. 20u-22u. Losse sessies Bio-energetica. **Dirk Marivoet**. Instituut Voor Bodymind Integration. Centrum ES. Destelbergenstraat 49. 9040 GENT. 09 228 49 11. info@bodymindintegration.com-www.bodymindintegration.com

[C][LI] Gezinscursus 'Goed-gezind dankzij je gezin!'. 9 tot 11/7. 10u-16u. Vader-kind,moeder-kindrelaties zijn de meest instense, diep verbonden relaties die we kennen. Een diep verlangen om één te zijn met je gezin en jezelf. **Ivo Van Orshoven**. Instituut Orshof. Voerenstraat 52. 3790 MOELINGEN. 04 381 21 06. info@instituutorshof.be - www.instituutorshof.be

Energetica

[W][AN] Werken met tachyon in praktijk. 20/6. 10u-16u30. Wil je ondergedompeld worden in de toepassing van tachyon en hoe je met de TLC-bars kan werken, dan bieden we jou een introductiedag aan. **Sabine Verbrugghe**. Wellnessconsult. 't Nieuw Begin. Schaapsbaan 34. 2910 ESSEN. 03 666 28 89. info@wellnessconsult.be

Engelen en gidsen

[W][BT] Belichaam je engel. 13/6. Joke Elziam Nootebos zal voor een aantal mensen hun specifieke Engelenkwaliteiten benoemen, laten voelen en het zieledoel bespreken. **Joke Elziam Nootebos**. Elohim Centre. Ruiten A Kanaal W1-26. 9566 TL VEELERVEEN.Nederland. +31 (0)597-541539. info@elohim-centre.org - www.elohim- centre.org

[W][WV] Op Aarde als in de Hemel - workshop engelen. 18/6. 19u30-21u30. We verbinden ons met de energie van Metatron en Melchizedek en delen onze ervaringen met elkaar. Een heel energetische avond met Lichtwezens. **God&Lieve Van Der Taelen**. Drie Veren. Zeedijk 48 app 6.2. 8370 BLANKENBERGE. 0475 904 762. info@drieveren.be - www.drieveren.be

[W][WV] Aartsengelen. 27/6. 10u-16u. In deze workshop staat de kennismaking en het persoonlijk contact met de Aartsengelen, onder de vorm van actie-

ve werkvormen, centraal. **Leen Joseph**. Heart Of The Rainbow Vzw. De Hoeve. Zevenkerken 4. 8420 SINT-ANDRIES - BRUGGE. 0476 861 192. www.heartoftherainbow.be

[W][AN] Op Aarde als in de Hemel - workshop engelen. 28/6. 14u30-16u30. We verbinden ons met de energie van Metatron en Melchizedek en delen onze ervaringen met elkaar. Een heel energetische middag met Lichtwezens. **God&Lieve Van Der Taelen**, priesteres. Drie Veren. Bredabaan 734. 2170 MERKSEM. 0475 904 762. info@drieveren.be - www.drieveren.be

Enigma's en mysteries

[C][OV] Kristallen schedels, het activeren en er mee werken. 12/6. 10u-17u. Het reinigen, opladen, het opnemen van je kristallen vriend, contacten met andere schedels, de hogere activatie. **Achiel Argyl**. Centrum Jana. Sint - Pietersaalststraat 74. 9000 GENT. 0474 522 725. jacob_nadia@yahoo.com - www.janaweb.org

Enneagram

[W][AN] Intuïtie toegepast op het enneagram. 13/6. 9u30-12u30. Het Enneagram biedt een sleutel om meer inzicht te krijgen in wie we zijn, wat onze persoonlijke uitdagingen en onze sterke punten zijn. **Jan Akkermans**. Magma. Magma Kempen. Oude Bleken 25. 2400 MOL. 014 31 08 00. magmakempen@hotmail.com - www.magmanet.be

Eutonie

[C][AN] Zenmeditatie en eutonie. 10/6. 20u-21u30. Zitten in stilte om rust te vinden en het leven beter aan te kunnen. In deze sessies oefenen we het juiste zitten en het richten van de aandacht. **Mia De Walsche**, Eutonie-pedagoge VES. Hoeve Middenin. Buitensteinde 33. 2440 GEEL-LARUM. 014 70 04 34. mia.de.walsche@telenet.be - www.eutonie.be

[C][AN] Eutonie, medidatie, schilderen, dans. 14 tot 17/6. Een driedaags proces waarin we een weg gaan vanuit de drukte in en rondom ons, naar ons eigen innerlijk, en ons weer klaar maken, om buiten te komen. **Marthe Byttebier, Magda Ooms, Mia De Walsche**, Eutoniepedagogen VES. Hof Zevenbergen. Kasteeldreef 22. 2520 RANST. 014 70 04 34. mia.de.walsche@telenet.be - www.eutonie.be

[C][AN] Zenmeditatie en eutonie. 21/6 of 28/6. 10u-11u30. Zitten in stilte om rust te vinden en het leven beter aan te kunnen. In deze sessies oefen we het juiste zitten en het richten van aandacht. **Mia De Walsche**, Eutonie-pedagoge VES. Hoeve Middenin. Buitensteinde 33. 2440 GEEL-LARUM. 014 70 04 34.mia.de.walsche@telenet.be-www.eutonie.be

[C][AN] Zenmeditatie en eutonie. 10u-11u30. Oefeningen om het lichaam te wekken en het juist zitten te vergemakkelijken; samen zitten in stilte om met rust en aandacht ten volle te staan. **Mia De Walsche**, Eutoniepedagoog VES. Gruwez Benedicte. Hoeve Middenin. Buitensteinde 33. 2440 GEEL - LARUM. 014 70 04 34. mia.de.walsche@telenet.be - www.eutonie.be

Feng Shui

[O][AN] Traditionele Feng Shui. 1 tot 15/7. 10u-16u. Zomer-intensieve opleiding: begrijp én manipuleer de energieën van je woning, zaak of kantoor, die voorspoed, relatie, gezondheid, enz. beïnvloeden. **Herman Van Roey**, docent. Cstm. CSTM - Herman Van Roey. Geulincxstraat 21. 2060 ANTWERPEN. 03 449 61 94. hervaro@skynet.be - www.hervaro.be

Healing

[W][BT] Elohim vakantieweek. Het verblijf is in de Helende Energie van de Elohim Krachtplaats met mini workshops waarin centraal staat het zelf ervaren en helende channelings. **Bianca Willemse, Manon Van Der Wolf**, kristallen en edelstenen engelen en lichtmeesters, kruiden. Elohim Centre. Ruiten A Kanaal W1-26. 9566 TL VEELERVEEN.Nederland. +31 (0)597-541539. www.elohim- centre.org

[W][VB] Kristalhealing. 11/6. 19u30-22u. Techniek voor healing die je kan gebruiken om blokkades vrij te maken die de energiestroom hinderen of om informatie vrij te maken uit ons systeem. **Hilde Goris**, Sjamanistisch Healer. Heyokateljee Vzw. LaRiposa. Warotstraat 54. 3020 VELTEM-BEISEM. 0475 506 667. www.wildeganzen.be

[O][VB] Alchemic Healing. 12 tot 13/6. 10u-17u. Alchemic Healing is een engelen-helingsysteem én inwijdingsweg. Biedt heling voor: trauma's - chakra's - seks evenwicht - materiele noden-gronding. **Patrick Van Buyten, Katrijn Joris**. De Maancirkel. Bieststraat 102. 3191 HEVER. 015 52 02 57. www.maancirkel.be

[C][WV] Cursus shambhala niveau 1. 15/6. 19u-22u. Shambhala is naast een methode voor heling een weg voor spirituele groei, transformatie en bewustwording. **Clement Vaeyens**, Shambhala master. Energika. Taboralaan 266. 8400 OOSTENDE. 0473 261 250. info@energika.be - www.energika.be

[C][VB] Manifestatie en Overvloed. 18 tot 21/6. 9u30-17u. Dit is het Thetahealing™ seminar waarin je werkt met het transformeren van overtuigingen met betrekking tot het creëren van overvloed in je leven. **Sjuul Van Kampen, Laura Trautwein**. Theta Dna Healing en Opleiding. Aum-ruimte. Kolonel Begaultlaan 15. 3012 WILSELE. 0031 264 454 820. www.theta-dna-healing.nl

[C][WV] Cursus shambhala niveau 2. 22/6. 19u-22u. De tweede graad Shambhala stelt u in staat om vanop afstand helende liefdes energie naar mensen, situaties en plaatsen te sturen. **Clement Vaeyens**, Shambhala master. Energika. Taboralaan 266. 8400 OOSTENDE. 0473 261 250. info@energika.be - www.energika.be

[W][OV] Heart Voice Healing ouder & kind. 23/6. Samen onderdompelen in de heart voice van Pim, intneties plaatsen naar de relatie met je kind of jongere. tool krijgen om je sensitiviteit te bescherm. **Pim Catry**, Heart Voice Healer. One Aware. Halewijnstraat 24. 9031 DRONGEN. 09 374 34 38 - 0485 402 232. pim@oneaware.be - www.oneaware.be

[W][WV] Open Healing Cirkel. 25/6. 19u30-22u. Dit is een aanbod voor alle mensen die zich met healing bezighouden. In welke vorm dan ook: Reiki, Violette Vuur, Spirituele Healing en meditatie ... **Leen Joseph**, spiritueel coach. Heart Of The Rainbow Vzw. De Hoeve. Zevenkerken 4. 8420 SINT-ANDRIES BRUGGE. 0476 861 192. www.heartoftherainbow.be

[W][BT] Heart Voice Healing op Lesbos. 5 tot 12/7. Zangtrilling om je blokkades op te lossen. Samen beschermingen leren plaatsen, eigen energiesysteem onderhouden met kosmische tools. In balans leven. **Pim Catry**, Heart Voice Healer. One Aware. Saphohuis. HE-5555 LESBOS.Griekenland. 09 374 34 38 - 0485 402 232. www.oneaware.be

HSP

[W][AN] Workshop: omgaan met hooggevoelige kinderen en hun emoties. 14/6. 9u-15u. Hooggevoelige kinderen hebben een fijngevoelig zenuwstelsel waardoor de prikkels uit hun omgeving een diepe indruk op hen maken. **An Mic**, psychosociaal therapeute. Sensitief vzw. Mattiss. Mechelsesteenweg 286. 2820 BONHEIDEN. 057 30 09 19 - 0495 251 755. an@sensitief.be - www.sensitief.be

Kaartleggen

[C][AN] Grondige weekendcursus De wijsheid van de Tarot. 12 tot 13/6. 10u30-17u. Door de kaarten te leren begrijpen en wijs te gebruiken kun je je inzicht in jezelf, in anderen en in het leven verdiepen... **Margot Dorren**. De Kleine Bron. Vrijdagmarktstraatje 3 bus 2. 2000 ANTWERPEN. 03 225 02 27 - www.dekleinebron.be

[W][OV] Interactieve namiddag Inzicht in jezelf via de tarot. 26/6. 13u-17u30. We gaan met de tarotkaarten werken om meer inzicht in onszelf en ons leven te krijgen zonder dat je daarvoor iets van de Tarot hoeft te kennen... **Margot Dorren**. De Kleine Bron. Het Droomatelier. Huickstraat 6. 9190 STEKENE. 03 225 0 227 - 0486 20 19 26. www.dekleinebron.be

[W][AN] Tarot en andere kaartsystemen oefendag. 2/7. 10u30-17u. Deze oefendag is vooral bedoeld voor mensen die al iets van de tarot kennen en/of de cursus ´De wijsheid van de tarot´ hebben gevolgd... **Margot Dorren**. De Kleine Bron. Vrijdagmarktstraatje 3 bus 2. 2000 ANTWERPEN. 03 225 0 227 - www.dekleinebron.be

Krijgskunsten

[C][LI] Wekelijkse Dim Mak zelfverdediging. Elke maandagavond. 20u-21u30. Wekelijkse training van Dim Mak en energetische zelfverdediging. **Theo De Gelaen**. Daochi Dim Mak. Daochi Center. Erperheidestraat 19. 3990 PEER. 011 61 15 76. info@daochi.eu - www.daochi.eu

Massage

[O][AN] LifeFocus Touch. Info-avond Opleiding Massagetherapie. 11/6. 10u-12u. LifeFocus Touch, vertrekt vanuit aanraking en richt zich op meer inzicht, levendigheid, vervulling. Start Inleidend Traject 15/7. **Ronald Bertels, Leen Huysman**. Zomerhuis. Pastoor Goetschalckxstraat 48. 2180 EKEREN. 03 646 99 54. www.zomerhuis.be

[W][VB] Massageverwenavond voor zwangere koppels. 11/6. 20u-22u. Begin en einde met gezamelijke ontspanningsoefening. Daartussen verwent partner zwangere vrouw met eenvoudige massage. Samen genieten staat centraal. **Andrée Borguet**. Integrama. Groepruimte Emovere. Mechelsevest 2. 3000 LEUVEN. 016 73 50 27. www.integrama.be

Jouw logo hier?
Dat kan vanaf 35 euro!
www.agendaplus.be/adverteren

[W][AN] Jin shin jyutsu voor rugpijn. 12/6. 10u-17u. Jin shin jyutsu is een manier om via eenvoudige handgrepen energie die vastgezet is in het lichaam weer te laten stromen. **Wim Hermans**. Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. 03 230 13 82. info@owc.be - www.owc.be

[C][WV] Cursus indische massage. 16/6. 14u-17u. De Indische massage maakt deel uit van de Ayurveda. De Indische massage gebeurt met aangepaste natuurlijke warme oliën. **Els Couvreur**. Energika. Taboralaan 266. 8400 OOSTENDE. 0473 261 250. www.energika.be

[W][LI] Massage oefenavond. 17/6 en 8/7. 19u-22u. De avonden zijn bedoeld om je massagevaardigheden op te frissen of te verdiepen en ervaringen uit te wisselen. Ellen van der Helm. Kasteel de Schans. Kasteelstraat 18. 3680 OPOETEREN. 089 62 92 62 www.kasteeldeschans.com

[C][AN] Kennismaking met de meridianen. 17/6, 24/6 en 1/7. 20u-22u. Deze lessenreeks wil je laten kennismaken met de meridianen of energetische kanalen van het lichaam. De kennis van de meridianen vormt de basis van shiatsu, acupunctuur en reflexologie. **Gerard Heijnen**. Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. 03 230 13 82. info@owc.be - www.owc.be

[C][AN] Zomerhuis MiniMassages: Rug. 18/6. 20u-22u30. De rug is ideaal terrein om je

verwelkomende, voedende aanraking te oefenen. Vloeiende, ritmische bewegingen ontspannen en brengen je tot jezelf. **Leen Huysman**. Zomerhuis. Pastoor Goetschalckxstraat 48. 2180 EKEREN. 03 646 63 43. www.zomerhuis.be

[W][WV] Workshop oorkaarsen. 23/6. 14u-17u. Tijdens deze workshop geven wij meer informatie over oorreflex-massage, de werking van het oor en hoe te behandelen met de Biosun oorkaarsen. **Els Couvreur**, Massage Therapeute. Energika. Taboralaan 266. 8400 OOSTENDE. 0473 261 250. info@energika.be - www.energika.be

[W][AN] Zachte massagevormen intro. 27/6. 10u-17u. Deze reeks leidt je binnen in de wereld van de massage. Je maakt kennis met verschillende zachte massagevormen. **Denise Van Den Avont**. Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. 03 230 13 82. info@owc.be - www.owc.be

[W][AN] Vlindermassage. 27/6. 10u-17u. Vlindermassage is een heel zachte én heel krachtige vorm van massage die met name op het centrale zenuwstelsel inwerkt en zo het gehele lichaam harmoniseert. **Wim Hermans**. Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. 03 230 13 82. info@owc.be - www.owc.be

arcana

[W][AN] Rust in je hoofd met Indische hoofdmassage. 27/6. 10u-18u. Ritueel uit Indische geneeskunde. Massage in ruglig en zithouding. Via het zenuwstelsel werken op volledige ontspanning. Syllabus en brahmi olie inb. **Mireille Vanderstraeten**. Arcana. Deurneleitje 6. 2640 MORTSEL. 03 325 00 40. vorming@arcana-web.be

[C][AN] Seiki soho weekend. 3 tot 4/7. 10u-17u. Seiki is een aan shiatsu verwante methode om de energie van een persoon te leren aanvoelen. **Frans Copers**. Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. 03 230 13 82. info@owc.be - www.owc.be

Meditatie

[W][BT] Chakra meditatie workshop. 10/6, 9/7 en 26/8. 10u-16u. Een heerlijke ontspannen dag mediteren. De 7 hoofdchakra's waarnemen en activeren. **Josine Van Dantzig**, meditatielerares. Jozien. Place du Batty 20. 6997 MORMONT, EREZEE. 086 32 28 81. info@jozien.eu - www.jozien.eu

[W][VB] Vipassana Meditatie. 15/6. 20u-21u30. Elke dinsdag avond (niet tijdens retraites): Meditatie met instructies en onderwijs. Mahasi methode. **Marie-Cécile Forget, Gerda D'Hertefelt**. Dhamma Group. Sint Geertrui abdij 6. 3000 LEUVEN. 016 23 36 85. dhertefelt@yahoo.com

[W][WV] Lachwandeling in de natuur. 16/6. 10u-12u. Tijdens deze wandeling kom je via ademen, bewegen, zingen, lachen en mediteren in contact met jezelf, je innerlijke glimlach en de natuur. **Viviane Van Pottelberghe**, stiltebegeleider. Vivapo. Kasteelpark Ryckevelde. 8340 SIJSELE. 050 36 34 66 - 0496 121 608. info@vivapo.net - www.vivapo.net

[W][WV] Zinvolle ontmoeting in de cirkel van bewust beleefde tijd. 17/6. 19u15-21u45. Je kan plaats nemen in de cirkel van bewust beleefde tijd voor een zinvolle ontmoeting met jezelf en de ander. **Viviane Van Pottelberghe**, Stiltebegeleider. Vivapo. vivapo. Dampoortstraat 71. 8310 SINT-KRUIS/BRUGGE. 050 36 34 66 - 0496 121 608. www.vivapo.net

[W][BT] Workshop werken met je mannelijke en vrouwelijke energie. 18/6. Je vrouwelijke en mannelijke energie ervaren, in balans brengen. Zeer leerzaam voor je bewustwordingsproces. **Josine Van Dantzig**, meditatielerares. Jozien. Place du Batty 20. 6997 MORMONT, EREZEE. 086 32 28 81. info@jozien.eu - www.jozien.eu

[W][WV] AUM -Awareness Understanding Meditation. 19/6. 17u-20u. Via een sociale meditatie ga je door verschillende basisemoties.Je viert je totaliteit en levensenergie en vult je hart via diepe en eerlijke contacte. **Anouk Maeckelberghe, Viviane Van Pottelberghe**. Brugge. Dudzeelsesteenweg. 8000 BRUGGE. 059 27 43 00. aumbelgium@hotmail.com - www.centrumderuimte.be

[W][WV] Stiltewandeling op zondag. 20/6. 10u-12u. Iedere derde zondag kan je in de natuur kennis maken met het 'geluid van de stilte'. Je krijgt kleine oefeningen om bewust je zintuigen te gebruiken. **Viviane Van Pottelberghe**, stiltebegeleider. Vivapo. Kasteelpark Ryckevelde. 8340 SIJSELE. 050 36 34 66 - 0496 121 608. info@vivapo.net - www.vivapo.net

[W][WV] Actieve meditaties. 20/6. 10u-12u. Even écht stil worden met een actieve meditatie? Via actieve fases laten we onze spanningen los om dan te zakken in de stilte van ons zijn. **Anouk Maeckelberghe, Sangit Kirchner**. Centrum De Ruimte. Romestraat 71. 8400 OOSTENDE. 059 27 43 00. www.centrumderuimte.be

[W][WV] Dreamhealing meditatie. 24/6. 19u-22u. Liefdekracht op aarde, elke eerste en laatste donderdag van de maand. **Christine Catteeuw**.

Deurneleitje 6 • 2640 Mortsel
03 325 00 40 • vorming@arcana-web.be
arcana *Toegangen tot bewust leven*
• Cursussen: o.a. tantra, de Vijf Ritmes, reflexologie
• Tantra en yoga in Château Frandeux van 23/07 - 30/07
• Rookvrije fuiven te Antwerpen en Mortsel
• Wij zoeken nog enthousiaste vrijwilligers
Meer info: www.arcana-web.be

[C] Cursus [O] Opleiding [W] Workshop [AN] Antwerpen [BR] Brussel [OV] Oost-Vlaanderen
[WV] West-Vlaanderen [VB] Vlaams Brabant [LI] Limburg [WA] Wallonië [BT] Buitenland

Vzw Derde Oor. Zandbeekstraat 5. 8554 ST DENIJS. 056 45 77 47. derde.oor@scarlet.be - www.dreamhealing.be

[W][BT] Workshop Energie waarnemen bij jezelf en de ander. 25/6. In meditatie maak je contact met je 'ik ben'en je innerlijk kind, daarna ga je dit ook ervaren bij de ander. **Josine Van Dantzig**. Jozien. Place du Batty 20. 6997 MORMONT, EREZEE. 086 32 28 81. info@jozien.eu - www.jozien.eu

[W][VB] De Lachende Boeddha. 26/6. 10u30-22u. Een feestshop-workshop. Een dag vol feest & diepe meditaties. Schepping: meditatie met de lach van God-meditatie met clownchakradans-zang-humor+party. **Katrijn Joris, Patrick Van Buyten**. De Maancirkel. Bieststraat 102. 3191 HEVER. 015 52 02 57. maancirkel@online.be - www.maancirkel.be

[W][AN] Volle maanmeditatie. 26/6. 20u-21u30. Bij jezelf komen in de stilte en de leegte. Je verbinden met de energie van de maan, engelen, meesters, krachtdieren, god(inn)en. Een unieke ervaring! **God&Lieve Van Der Taelen**. Drie Veren. Bredabaan 734. 2170 MERKSEM. 0475 904 762. info@drieveren.be - www.drieveren.be

[W][WV] Ochtendmeditaties aan het water. 30/6. 8u-9u. Vanaf 30/6 tot eind augustus laten we ons iedere woensdag inspireren door het element water tijdens een ochtendmeditatie in een natuurgebied. **Viviane Van Pottelberghe**, stiltebegeleider. Natuurgebied omgeving Brugge. 8310 BRUGGE. 0496 121 608 - 050 36 34 66. info@vivapo.net - www.vivapo.net

[W][BT] Pyreneeën, natuurlijke meditatie. 3 tot 17/7 en van 17 tot 31/7. Onthaasten, levensevaluatie en spiritualiteit. Een avontuurlijke bezinningstocht van 2 of 4 weken van bergmeer tot bergmeer door de Spaanse Pyreneeën. Vrienden Van De Pyreneeën. 060 456 497. www.pyreneeen.org

[W][WV] Ochtendmeditaties aan het water. 7/7. 8u-9u. Tot eind augustus (behalve op 30/7) laten we ons iedere woensdag inspireren door het element water tijdens een ochtendmeditatie in een natuurgebied. **Viviane Van Pottelberghe**, stiltebegeleider. Natuurgebied omgeving Brugge. 8310 BRUGGE. 0496 121 608 - 050 36 34 66. info@vivapo.net - www.vivapo.net

Mindfulness

[C][OV] Mindfulness, leven in aandacht: training in groep of individueel. 10/6 tot 30/7. 9u-22u. Wil je kwaliteit in je leven?In meditatie leer je om het NU te waarderen en je niet te laten leiden door gedachten en emoties. Heilzaam bij depressie. **Lieve Van Hoeteghem**, erkend trainer. Houte 14. 9860 BALEGEM. 09 329 57 22 - 0496 74 90 19. lieve.van.hoeteghem@hotmail.com - www.yoga-aandacht.blogspot.com

[C][OV] Mindfulness, leven in aandacht. 10/6 tot 30/7. Wil je kwaliteit in je leven? In meditatie leer je om het NU te waarderen en je niet te laten leiden door gedachten en emoties. Heilzaam bij depressie. **Lieve Van Hoeteghem**, erkend trainer. Yalu. Land Van Waaslaan 101. 9040 SINT-AMANDSBERG (GENT). 09 329 57 22 - 0496 74 90 19. lieve.van.hoeteghem@hotmail.com - www.yoga-aandacht.blogspot.com

[W][OV] Mindfulness & Equicoaching: sleutel tot zelfontplooiing. 27/6. 9u-17u. Ervaar - via interactie met paarden, stukje theorie en coaching - wat mindful-zijn voor jou kan betekenen in je dagelijkse leven. **Marleen Vandenbosch, Eric Van Poucke**. Essens. Manège Hippos. Poekstraat 35. 9031 DRONGEN. 0475 350 133. info@essens.be - www.essens.be en www.equicoaching.com

Muziektherapie & klankenbehandeling

[W][WV] Proefje van de cursus Jezelf(en anderen) helen via (boventoon)zang, klank en beweging. 14/6. 20u-22u. Brighinda nodigt uit te harmoniseren, uiten, te helen/transformeren, je bewustzijn te verruimen - kom eens proeven van de cursus elke 2de maandag. **Josiane Burrick**, Klank/Mudra Healer. Brighinda Healingsounds. Rapaertstraat 39. 8310 BRUGGE. 050 37 10 17. brigidrhiannon@pandora.be - www.brighinda-healingsounds.be

[W][AN] Klankschaalconcert. 19/6. 19u30-22u. Met klankschalen, sjamanendrum, sungong, oceandrum en rainstick breng ik mensen een unieke ervaringen en rust. **Ludo Ceulemans**. Live Love Love Life. Bisschopsstraat 18. 2060 ANTWERPEN. 03 293 30 04 - 0486 627 809. liveloveteam@gmail.com - www.livelovelovelife.be

[W][WV] Zang-klankschaalconcert/massage. 19/6. Je bent welkom ,om er enkel van te proeven, om te 'helen' ,om te relaxeren /harmoniseren, elke 3de maandag en zaterdag van de maand. **Josiane Burrick**, klank/mudra-healer. Brighinda Healingsounds. Rapaertstraat 39. 8310 BRUGGE. 050 37 10 17. brigidrhiannon@pandora.be - www.brighinda-healingsounds.be

[W][WV] Zang-klankschaalconcert/massage. 21/6. Je bent welkom ,om er enkel van te proeven, om te 'helen' ,om te relaxeren /harmoniseren, elke 3de maandag en zaterdag van de maand. **Josiane Burrick**, klank/mudra-healer. Brighinda Healingsounds. Rapaertstraat 39. 8310 BRUGGE. 050 37 10 17. brigidrhiannon@pandora.be - www.brighinda-healingsounds.be

[O][BR] Basiscursus Stem, Stemwerk en Stemtherapie. 25 tot 27/6. Stemtherapie combineert lichaamswerk, beweging en de helende stem. **Martine Hoerée**. O-Ki. Martine Hoerée. G. Schildknecht 33 : O-KI Loft. 1020 LAKEN (BRUSSEL). 02 306 36 46 - 0485 193 316. o-ki@o-ki.be - www.o-ki.be

[W][BR] Pineal Tonings: DNA-activatie door klank. 4/7. 10u10-12u33. Zuivering en activatie van onze DNA door

tonings met rechtstreeks effect op de epifyse. De kracht van de groep ten dienste van de evolutie. **Eva Van Den Broeck**, lerares en beoefenaar in energiewerk. The Bridge Of Singing Light. Salle Etincelle. Rue de la Victoire, 158. 1060 BRUSSEL (SINT-GILLIS). 02 344 76 00. eva.michaele@skynet.be

Natuurlijke geneeswijzen

[C][AN] Studiedag: Je cholesterol op peil brengen. 12/6. 9u30-17u30. Wat is cholesterol eigenlijk, hoe komt het dat je er teveel van hebt, en hoe kan je op een natuurlijke manier je cholesterol op peil brengen? **Rik Vermuyten**, voedingsconsulent. Praktijk Rik Vermuyten. Marcel Auburtinlaan 91. 2600 BERCHEM. 0485 050 577. www.rikvermuyten.be

[W][AN] Tachyonervaringsdag. 18/6. 10u-16u30. Ben je geïnspireerd door de effecten van tachyon. Dan is een tachyon introductiedag de juiste keuze! **Sabine Verbrugghe**. Wellnessconsult. Hortensiadreef 28. 2920 KALMTHOUT. 0472 698 535. info@wellnessconsult.be - www.wellnessconsult.be

Natuurvoeding

[C][BR] Living Foods. 17/6, 19/6, 24/6, 26/6, 4/7. Praktische lessen waarbij je leert om over te stappen van conventionele voeding naar biologische voeding met een hoge energiewaarde. **Mark Tucker**. Tan Club. Restaurant Tan. 1000 ELSENE. 02 537 87 87. info@tanclub.org - www.tanclubcooking.org

[W][AN] Kookles: Krachtig plantaardig. 17/6. 19u-22u. Voor diegenen onders ons die denken dat ze zonder vlees niet gegeten hebben. We maken hartige, smakelijke schotels om vingers en duimen van af te likken. **Viviane Van Dyck**, Bio-kokkin. De Onweerstaanbare Keuken. Wijngaardhof. Heitsiebaan 22. 2390 WESTMALLE. 0485 050 577. info@rikvermuyten.be

[W][AN] Kookles: Zoet zonder suiker. 24/6. In deze les leren we je hoe je je zin in zoet gezond kan vervullen, maar ook de talrijke dessertjes zonder suiker zullen klaargemaakt worden! **Viviane Van Dyck**, biokokkine. De Onweerstaanbare Keuken. Bioboerderij Wijngaardhof. Weidsiebaan 22. 2390 WESTMALLE. 0485 050 577. www.rikvermuyten.be

[C][BT] Pane e pomodori. 1 tot 4/7. 10u-17u. De mediterrane keuken op haar best! **Ingrid Debert**. Oost West Centrum. Bois-le-Comte 1. 6823 VILLERS-DEVANT-ORVAL. 03 230 13 82. www.owc.be

Opstellingen

Therapeute in de Interactionele Vormgeving
www.debeleving.be

[W][WV] De verborgen dynamiek van familiebanden. 12/6. 9u30. Opstellingen rond relaties, werk, leven en dood, geen plek hebben, op zoek naar je levensdoel... We volgen de bewegingen van de ziel. **Jan Timmerman**. Essere. Dudzeelsesteenweg 66. 8000 BRUGGE. 0499 414 581 - 0477 977 853. www.essere.be

ROSANJA BVBA

[W][OV] Procesgeoriënteerde opstellingsdag. 12/6. 9u30-18u. Een krachtig middel om de innerlijke werkelijkheid van het systeem zichtbaar te maken. Zien wat is, vinden wat vrij maakt, aanvaarden wat kracht geeft. **Lia Verrees**, opstellingscoach. Rosanja. Merelbekestationplein 10. 9050 GENTBRUGGE. 0485 824 103. lia@rosanja.be - www.rosanja.ba

[W][AN] Geld- en succesopstellingen voor de eigen praktijk of bedrijf. 13/6. 10u-18u. Als je de prestatie van je praktijk of bedrijf wenst te verbeteren kunnen succes- en organisatieopstellingen je aardig op weg helpen. **Indra Torsten Preiss**. Atelier Levenskunst. August Van Daelstraat 17. 2610 WILRIJK (ANTWERPEN). 03 825 53 74. indra@atelierlevenskunst.be - www.atelierlevenskunst.be

Gezonde verhoudingen
Indra Torsten Preiss
opstellingen
met Indra
www.atelierlevenskunst.be

[W][AN] Avondreeks familieopstellingen. 15/6. 19u30-22u30. Familieopstellingen maken de onbewuste patronen duidelijk die door generaties heen worden overgedragen. Ze bieden oplossingen op een heel diep niveau en helpen om ons leven positief te veranderen. **Indra Torsten Preiss**. Atelier Levenskunst. August Van Daelstraat 17. 2610 WILRIJK (ANTWERPEN). 03 825 53 74. www.atelierlevenskunst.be

[W][VB] Succesopstellingen. 18/6. Wat betekent succes en op welke manier kan je dit invullen? Tijdens deze dag kan je ervaren wat uw persoonlijk en/of professioneel succes inhoudt! **Andy Curinckx, Pascal Renders**. Systo. Koning Leopold-I-Straat 30. 3000 LEUVEN. 0477 460 433.www.systo.be

[C][VB] Een effectieve visie op organisatieprocessen. 21/6. 9u30-17u. Kom kennismaken met organisatie-opstellingen als beleidsinstrument. **Johan Van De Kerckhove, An Baert**. Kernkracht. Kasteel de Maurissens. Weligerveld 6. 3220 PELLENBERG. 0492 647 922. info@kernkracht.be

[W][AN] Familieopstellingen. 26/6. 9u30-18u. Opstellingen brengen verborgen generatiepatronen aan het licht en laten zingeving en diepe heling toe van problemen die zich in ons leven herhalen. **Johan Denis**. Centrum De Juiste Plek. Achterste Hoeven 8. 2980 ZOERSEL. 03 488 53 44. www.dejuisteplek.be

[W][AN] Zomeracademie gezonde verhoudingen. 3 tot 7/7. 10u-18u. In een aangename ontspannen sfeer uitgebreid kennis maken met familie- en systeemopstellingen. Elke dag een ander thema, max. 5 opstellingen per dag. **Indra Torsten Preiss**. Atelier Levenskunst. August Van Daelstraat 17. 2610 WILRIJK. 03 825 53 74. www.atelierlevenskunst.be

rishi
east meets west

Persoonlijke ontwikkeling

INTUÏTIEVE ONTWIKKELING
een initiatief van TIMOTHEUS VZW
vormings- en onderzoekscentrum voor intuïtie

[W][AN] Via intuïtie je leven een nieuwe wending geven. 10/6, 17/6 of 24/6. 9u30-12u30. Wanneer is iets Intuïtie en wanneer niet? leren luisteren naar onze intuïtie is een eerste stap naar bewustwording, naar verandering, naar welbehagen. **Lisette Hofmans**. Timotheus. Oude Bleken 25. 2400 MOL. 03 644 53 01. info@timotheus.org - www.timotheus.be

[W][AN] Je eigen energetisch paspoort. 13/6. 10u-17u. Alles om ons heen is energie. Kirlianfotografie is een fotografische methode voor het vastleggen van onze levensenergie op een vel foto-papier. **Inge Cox**. Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. 03 230 13 82. www.owc.be

[W][AN] Drumcirkel en Haka dans. 13/6 en 20/6. 10u15. Samen de natuur eren en de stad en het park onze positieve bijdrage schenken. De platanen zijn prachtig en verwelkomen ons met open kruin. **Jeroen Claesen**. Magma. Stadspark. Café Capital. 2000 ANTWERPEN. 03 644 06 60. jeroen.claesen@telenet - www.magmanet.be

[W][OV] Naturefulness. 13/6. 14u-16u30. Een begeleide wandeling waarbij niet kennis maar waarneming door onze zes zintuigen, ervaring en meditatieve beweging centraal staan. **Frank Polders**, gids. Helica. Het Droomatelier. Huikstraat 6. 9190 STEKENE. 03 254 29 53 - 0476 637 647. info@helica.be - www.helica.be

[W][OV] Intuïtie en de kracht om je levenspad te gaan. 14/6. 19u30-22u30. We leren hoe we onze intuïtie bij belangrijke beslissingen kunnen aanscherpen. We verkennen en leren een aantal nieuwe vaardigheden. Timotheus. Den Hof. Hendrik Heymanplein 7. 9100 SINT-NIKLAAS. 03 644 53 01. info@timotheus.org - www.timotheus.be

[W][AN] Haka dans. 16/6. 12u30-13u. De haka-dans is de dans van de Maori die je bij je eigen kracht brengt. **Jeroen Claesen**. Magma. Onder het luifel. Napoleonkaai 7. 2000 ANTWERPEN. 03 644 06 60. jeroen.claesen@telenet.be - www.magmanet.be

[W][WV] Zomerzonnewende. 19/6. In de kluizerij te Affligem. Magma. De Kluizerij. Aalstersedreef 1b. 1790 AFFLIGEM. 03 644 06 60. info@magmanet.be - www.magmanet.be

[W][AN] Transformational breathing, veranderen door te ademen. 19/6. 14u-17u. Een workshop waarbij je kennismaakt met de helende mogelijkheden van je ademhaling. Als je je ademhaling verandert, kun je je leven veranderen... **Griet Van Dingenen**. De Kleine Bron. Zaal Timotheus. Jaak de Boeckstraat 73. 2170 MERKSEM. 03 225 02 27 - 0486 201 926. info@dekleinebron.be - www.dekleinebron.be

[W][AN] Zelfhulp-workshop voor EFT (Emotional Freedom Techniques). 22/6. Emotional Freedom Techniques is een veilige en krachtige methode die je eenvoudig en gemakkelijk van een trauma, fobieën, emoties enz. kan bevrijden.. **Koen Van Reeth**. De Kleine Bron. Valaarhof. Letterkundestraat 133. 2610 WILRIJK. 03 225 0 227. www.dekleinebron.be

[C][WV] A new beginning. 25 tot 27/6. De cursus helpt onze eigen waarheid te ontdekken en heeft tot doel een shift teweeg te brengen in onze perceptie, onze emoties en ons bewustzijn. **Krishnaraj**. Experience Your Life. De Kluizerij. Aalstersedreef 1. 1790 AFFLIGEM. 03 294 41 32 - 0475 505 732. dina.vdb@me.com

Jouw logo hier?
Dat kan vanaf 35 euro!
www.agendaplus.be/adverteren

[W][OV] Energie bewustzijnsdag. 27/6. 10u-17u. Een ervaringsdag, waarin je energetisch, spiritueel en lichamelijk wordt gestimuleerd. Wij maken kennis met aarde en kosmische energie. **Ronald Van De Peppel**. De Kleine Bron. Ronald Van de Peppel. Brugstraat 17. 9120 VRASENE. 03 225 02 27. info@dekleinebron.be - www.dekleinebron.be

[W][BT] Mannenwerk. 1 tot 4/7. 10u-16u. Een 4-daagse workshop voor mannen die zichzelf serieus nemen. zoektocht naar je plek in de wereld. met meer hart, lijf en bezieling. **Odilon Mets**. Bewustzijnshuis. Schoorstraat 8. 6095 BAEXEM. Nederland. 03 772 16 48. www.bewustzijnshuis.be

[W][OV] Contact met gidsen en beschermengelen. 3. 10u-17u. **Birgit Maes**. De Kleine Bron. Droomatelier. Huickstraat 6. 9190 STEKENE. 03 225 02 27 - www.dekleinebron.be

[C][WA] Open je hart. 4 tot 8/7. 10u-17u. Als je hier op aarde komt, heb je gekozen voor een weg die in je ziel besloten ligt. Je hart weet daar alles van. **Lenaleen Waignein**. Oost West Centrum. Bois-le-Comte 1. 6823 VILLIERS-DEVANT-ORVAL. 03 230 13 82. www.owc.be

rishi
east meets west
Onze opbrengst helpt kansarme kinderen in Zuid- India.
RISHI SHOP • BAARLEDORPSTRAAT 5 • 9031 Drongen
www.rishi-belgium.org

[C] Cursus [O] Opleiding [W] Workshop [AN] Antwerpen [BR] Brussel [OV] Oost-Vlaanderen
[WV] West-Vlaanderen [VB] Vlaams Brabant [LI] Limburg [WA] Wallonië [BT] Buitenland

Persoonlijkheid en Relaties VLAANDEREN

Persoonlijkheid & menselijke relaties

[W][OV] Relaties en basisbehoeften. 12 tot 13/6. 9u30-17u. Maak kennis met de 12 basisbehoeften die we in onze relaties proberen in te vullen. **Anyk Lentacker**. Anyk The Company Of Health. Sint-Pietersplein 56. 9000 GENT. 09 228 34 40 - 0476 299 939. carmelite@spamarrest.com - www.annicklentacker.webs.com

[C][AN] Al schrijvend meer jezelf worden. 12/6 en 19/6. 9u30-17u. Door uit te schrijven wat je voelt, maak je een boeiende ontdekkingstocht in je innerlijke wereld. Je leert je leven gerichter in handen te nemen. **Erika De Crom**, PRH-Vormingswerker. PRH vzw. Onder.Dak. Laaglandlei 50. 2900 SCHOTEN. 03 293 62 61. erika.dcrom@prh.be - www.prh.be

[C][WV] Al schrijvend meer jezelf worden. 19/6 en 20/6. 9u30-17u. Door uit te schrijven wat je voelt, maak je een boeiende ontdekkingstocht in je innerlijke wereld. Je leert je leven gerichter in handen te nemen. **Marleen Devisch**, PRH-vormingswerker. PRH vzw. Gistelsesteenweg 505. 8200 SINT-ANDRIES (BRUGGE). 050 39 26 98. marleen.devisch@prh.be - www.prh.be

[C][LI] Echtgenoten/ Echtgenieten. 24 tot 27/6. Een vierdaagse cursus voor jezelf en je partner om je (weer) meer open stellen voor elkaar, liefde te voelen stromen en een grotere verbondenheid te voelen. Kasteel De Schans. Kasteelstraat 18. 3680 OPOETEREN. 089 62 92 62. www.kasteeldeschans.com

[W][OV] Ik en ik. 4/7. 10u-18u. Een introductie voor jou naar bewustwording, groei en liefde; meer zelfvertrouwen,-acceptatie en assertiviteit. Inzichten en ervaringsopdrachten. **Frank Polders**. Helica. Het Droomatelier. Huikstraat 6. 9190 STEKENE. 03 254 29 53 - 0476 637 647. info@helica.be - www.helica.be

[C][AN] Constructief omgaan met wat moeilijk is - Draagkracht... ook in jou! 7/7, 8/7 en 9/7. 19u-22u15. Deze cursus leert je beter begrijpen waarom iets moeilijk is en hoe je het anders kan aanpakken. Je leert je verankeren in je kracht. **Alex Sarlet**, PRH-vormingsmedewerker. PRH vzw. Boshoek 35. 2560 NIJLEN. 03 464 14 55. alex.sarlet@prh.be - www.prh.be

[C][VB] Wie ben ik? De eigen persoonlijkheid, basis voor een krachtige dynamiek. 9 tot 13/7. 9u-18u. De cursus helpt je meer bewust te worden van je capaciteiten. Je groeit naar meer autonomie en harmonie in jezelf. Je krijgt nieuwe levensenergie. **Jos Van Den Bergh**. PRH vzw. Abdijdreef 22. 3070 KORTENBERG. 016 29 37 96. jos.vdbergh@prh.be - www.prh.be

[C][AN] Wie ben ik? De eigen persoonlijkheid, basis voor een krachtige dynamiek. 9 tot 13/7. 9u-18u. De cursus helpt je meer bewust te worden van je capaciteiten. Je groeit naar meer autonomie en harmonie in jezelf. Je krijgt nieuwe levensenergie. **Geert Frateur, Lieve Smets**, PRH-vormingswerkers. PRH vzw. Hof Zevenbergen. Kasteeldreef 22. 2520 RANST. 0474 46 04 84 - 03 620 12 82. geert.frateur@prh.be - www.prh.be

[C][VB] In relatie met mijn lichaam. Harmonie tussen lichaam en zijn. 9 tot 13/7. 9u-18u. Houden van je lichaam is niet altijd evident. Via oefeningen bekijken we o.m. je territorium, je man/vrouw zijn, je lichaam als commucatiemiddel. **Patrick Jossa**. PRH vzw. Abdijdreef 22. 3070 KORTENBERG. 016 29 00 33. patrick.jossa@prh.be - www.prh.be

Qigong

[W][VB] Chi Neng QiGong Level 1. 13u-16u. Chi Neng QiGong is een vorm van Qi Qong waarvan wetenschappelijk

EZUMA

Wellness centrum
Massages
Medische voetverzorging,
kuren en baden
volgens St. Hildegard methode
Rita Laurijssen
(gezondheidsadviseur)
Eeuwfeeststraat 24
3300 Tienen
0479 798 780
rita.laurijssen@hotmail.com

One World Academy

komt, wegens groot succes, voor de tweede keer naar België op 25, 26 en 27 juni in De Kluizerij te Affligem met de cursus

a new beginning

Herontdek je eigen persoonlijkheid en kracht. Breng een shift teweeg in je perceptie, emoties en bewustzijn.
Info & inschrijving:
experienceyourlife@me.com
0475 505 732

Persoonlijkheid en Relaties VLAANDEREN

Ontplooi jezelf zoals je écht bent!

Met de PRH-vorming (cursussen, coaching,...)

- kom je in contact met je levenskracht
- leer je meer jezelf zijn in relaties

Je krijgt een bruikbare handleiding in je zoektocht naar meer kwaliteit in je leven.

www.prh.be

[C] Cursus [O] Opleiding [W] Workshop [AN] Antwerpen [BR] Brussel [OV] Oost-Vlaanderen
[WV] West-Vlaanderen [VB] Vlaams Brabant [LI] Limburg [WA] Wallonië [BT] Buitenland

bewezen is dat hij de gezondheid bevordert. **Tilla Van Opstal**. Xanthé. Gallicstraat 5-7. 3300 TIENEN. 0494 584 952. katrien.hendrickx@scarlet.be - www.xanthe.tk

[C][LI] Wekelijkse Qi Gong training. Elke dinsdag- en vrijdagavond. 20u-22u. Programma: zenmeditatie en geneeskundige Qi Gong. **Theo De Gelaen**, Hoofdinstructeur. Daochi Dim Mak. Daochi Center. Erperheidestraat 19. 3990 PEER. 011 61 15 76. info@daochi.eu - www.qigong.be

[C][LI] Qi Gong weekend. 26 tot 27/6. 10u-17u. Leren werken met en het ontwikkelen van de eigen innerlijke energie en heeft zowel martiale als geneeskrachtige werking en toepassing. Het bestaat uit eenvoudige oefeningen die helpen te ontspannen en de gewrichten open te zetten om blokkades weg te werken. **Theo De Gelaen**. Daochi Center. Erperheidestraat 19. 3990 PEER. 011 61 15 76. info@daochi.eu - www.qigong.be

Quantum Touch®

Evolving Clarity

[W][VB] Healing Cirkel. 23/6. 20u-22u30. Een healing cirkel is een samenkomen in het NU. Na een begeleidingsoefening (Quantum Touch, EyeYoga, …) oefenen we bij elkaar allerlei healingsvormen. **Liesbeth Michiels**, facilitator. Evolving Clarity. Kadol 6. 1851 GRIMBERGEN (HUMBEEK). 0495 228 344. www.evolvingclarity.be

Randwetenschappen

[C][AN] Mozart en de vrijmetselarij. 20/6. 11u-16u. De symboliek van de Toverfluit. Theosofische Vereniging Antwerpen. Millisstraat 22. 2018 ANTWERPEN. 03 272 58 53. theosophic.homestead.com

Reiki

[W][WV] Reiki oefenavonden. 17/6. 20u-21u30. Deze avonden zijn voor iedereen toegankelijk. **Dirk Oosterlynck**, Reiki leraar. Het Oneindige. Het Oneindige vzw. Geitestraat 25. 8870 IZEGEM. 051 31 63 91. dirk@hetoneindige.be - www.hetoneindige.be

[C][OV] Reiki 2 inwijding. 19/6. 10u-17u. Reiki 2 opent de kanalen nog verder, legt een verbinding naar een hoger niveau van bewustzijn. **Ann Bourgeois**. Anahata Centrum. Engelhoekstraat 42. 9800 SINT-MARTENS-LEERNE. 0486 604 107. anahatacentrum@hotmail.com - www.anahata.be

[C][OV] Open-reiki-namiddag. 19/6. 14u-17u. Hier is iedereen welkom: om te oefenen, om met gelijkgestemden inzichten te delen, om kennis te maken, ... **Ann Bourgeois**, reikimaster. Anahata Centrum. Engelhoekstraat 42. 9200 SINT-MARTENS-LEERNE. 0486 604 107. anahatacentrum@hotmail.com - www.anahata.be

[W][VB] Reiki-inwijdingsweekend eerste graad volgens de Usui-traditie. 19/6 en 20/6. Het weekend bestaat traditioneel uit 4 inwijdingen, je maakt kennis met de leefregels en leert jezelf en anderen een volwaardige reikibehandeling geven. **Petra Welkenhuysen**, Reikimaster. Reikihaacht. Stationsstraat 77. 3150 HAACHT. 0476 972 037. www.reikihaacht.be

[W][OV] Reiki I - initiatie. 19 tot 20/6. 10u-18u. 1ste inwijding in Reiki. **Els Van Hoogenbemt**. Centrum Gea. Rekegemstraat 32. 9630 MUNKZWALM. 055 23 22 62. info@centrumgea.be - www.centrumgea.be

[W][OV] Open reiki. 20/6. 10u-12u30. Uitwisselen van Reiki;kennismaken met Reiki; voorbereiden op inwijding. Centrum Gea. Rekegemstraat 32. 9630 MUNKZWALM. 055 23 22 62. www.centrumgea.be

[W][WV] Reiki 1e graad. 5 tot 6/7. 13u-17u. 2 namiddagen en 1 oefenavond (data: zie website); omvat: 4 inwijding, het leren reiki geven aan jezelf en anderen, tal van meditaties. **Veronique Van Moortel**, orthomoleculair gezondheidstherapeute. Artdesign bvba. Barrierestraat 39. 8200 BRUGGE. 050 38 07 67. www.veroniquevanmoortel.be

[C][WV] Tera-Mai Reiki 3 a & b. 9/7 en 16/7. 10u-16u. Inwijdings en uitbreidings cursus reiki, tot meesterschapsgraad. **Leen Joseph**, Spirituele Coach. Heart Of The Rainbow Vzw. De Hoeve. Zevenkerken 4. 8420 SINT-ANDRIES BRUGGE. 0476 861 192. www.heartoftherainbow.be

Restaurants & gastentafels

Avalon

[W][OV] Vegetarisch en gastronomisch dineren in Avalon. 2/7. 19u-23u. Elke eerste vrijdagavond van de maand kan je genieten van een gastronomisch, vegetarisch en biologisch diner. **Kevin Storms, Tine Tomme**. Restaurant Avalon. Geldmunt 32. 9000 GENT. 09 224 37 24. tine@restaurantavalon.be

Aum-ruimte
Cursusruimtes in Leuven

Op zoek naar een ruimte in Leuven om een workshop, een training of kookles te geven?

De Aum-ruimte beschikt over twee ruime, volledig ingerichte zalen met parking en cafetaria vlakbij.
Nieuwe voorwaarden voor 2010!

Meer info op de website:
WWW.AUMRUIMTE.BE

Shiatsu

[W][AN] Zen Shiatsu introductie. 11/6. 10u-17u. Shiatsu (drukpuntmassage) is een van oorsprong Japanse massagevorm, reeds eeuwenlang toegepast om allerhande lichamelijke ongemakken en ziekten te voorkomen en te genezen. **Jivan Rethmeier**. Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. 03 230 13 82. www.owc.be

Sjamanisme

www.AnamCara.be

[W][WA] Mystieke liefde. 9/6 - 13/6. In deze workshop stellen Frank en Kathy het gedachtengoed voor van o.a. Rumi, Hafiz, Lao Tzu en het Thomasevangelie. Er zal veel tijd besteed worden aan ervaringsgerichte sessies rond Liefde, Waarheid en Schoonheid. **Frank en Kathy Coppieters.** Oost Westcentrum. La Ferme du Bois-le-Comte. Bois-le-Comte 1. 6823 Villers-devant-Orval. www.owc.be

[W][AN] Basiscursus Sjamanisme. 12/6 en 13/6. 10u-18u. Leer hoe je zelf kan werken met de sjamanistische trancereis en enkele universele principes van sjamanisme en healing. **Roel Crabbé**. Anam Cara. Centrum Rising Spirit. Langlaarsteenweg 45/1. 2630 AARTSELAAR. 03 488 52 24. info@anamcara.be - www.AnamCara.be

[W][AN] Midzomer Zweethut Ceremonie. 19/6. 11u-19u. Een intensief ritueel van loslaten, overgave, gebed en vernieuwing. Thema van deze zweethuteremonie is «Stralende Kracht - Midzomerceremonie» **Roel Crabbé**. Anam Cara. Klaplaar 2. 2500 LIER. 03 488 52 24. www.AnamCara.be

[W][LI] Mannenzweethut. 19 tot 20/6. De zweethut is een indiaans reinigingsritueel waarin er een zuivering plaatsvindt op lichamelijk, emotioneel, rationeel en spiritueel vlak. Kasteel De Schans. Kasteelstraat 18. 3680 OPOETEREN. 089 62 92 62. www.kasteeldeschans.com

[W][VB] Samen Trommelen voor ouders met/zonder kinderen. 20/6. 9u-11u. In de vuurcirkel in Tremelo komen we tot in de zomer elke maand een keer samen om ons te verbinden met de diepte van onze aarde met indiaanse trommels. **Hilde Goris**, zonnekunstenaar. Heyokateljee vzw. Boterstraat 9. 3120 TREMELO. 0475 506 667. www.heyokateljee.be

[W][OV] Zomerzonnewende. 20/6. 15u-17u. Een sjamanistisch feest in de sfeer van het komende seizoen. Vuurceremonie, labyrintlopen, stilte, meditatie, trommelen, ... **Joost Vanhove**. Centrum Gea. Rekegemstraat 32. 9630 MUNKZWALM. 055 23 22 62. info@centrumgea.be - www.centrumgea.be

[W][AN] Maak je eigen sjamaantrommel. van 26 tot 27/6. 10u-18u. De sjamanentrom wordt gebruikt voor sjamanistische beleving en ter ondersteuning tijdens rituelen en healing. **Roel Crabbe**. Anam Cara. Centrum Risiné Spirit. Langlaarsteenweg 45/1. 2630 AARTSELAAR. 03 488 52 24. info@anamcara.be - www.anamcara.be

[W][OV] Munay-ki initiaties. 26/6, 24/7 en 21/8 of 27/6, 25/7 en 22/8 13u-18u of 9/7, 6/8 en 3/9 19u. Een energetische kwantumsprong in de menselijke evolutie... Munay-ki zijn 9 initiaties die werden doorgegeven door de Inca afstammelingen met de intentie ons bewustzijn te verhogen zodat we weer kunnen leven vanuit ons hart..... **Martine Claeren**. Ten huize van Caroline en Kurt. Mispelbilk 48. 9030 MARIAKERKE. 09 355 90 87 - 0474 477 114. info@martineclaeren.be - www.martineclaeren.be

[W][AN] Ecdysis - Rituele 3 daagse. 2 tot 4/7. 18u30-19u30. Sjamanistische driedaagse waarin we werken met rituelen voor transformatie & healing: Sjamaantrom, Vuurceremonie, 2 Heilig Baden, 2 Zweethutceremonies. **Roel Crabbé**. Anam Cara. Klaplaar 2. 2500 LIER. 03 488 52 24. info@anamcara.be - www.AnamCara.be

[W][OV] Munay-ki initiaties. 6/7, 3/8 en 31/8. 13u-18u. Een energetische kwantumsprong in de menselijke evolutie... Munay-ki zijn 9 initiaties die werden doorgegeven door de Inca afstammelingen met de intentie ons bewustzijn te verhogen zodat we weer kunnen leven vanuit ons hart.... **Martine Claeren**. Reibroekstraat 58. 9940 EVERGEM. 09 355 90 87 - 0474 477 114. info@martineclaeren.be - www.martineclaeren.be

Spiritualiteit

[W][LI] Astrale Aikido - op krachtplaatsen in de natuur. 12/6. 10u-17u. Met astrale aikido worden er effectieve methodes aangeleerd voor het leren voelen en besturen van energetische stromen binnen en buiten het lichaam... **Guy Wauters**. De Kleine Bron. Domein Bokrijk. Bokrijklaan 1. 3600 GENK. 03 225 02 27 - 0486 201 926. www.dekleinebron.be

[W][BT] In de voetsporen van Franciscus van Assisi. 21 tot 28/6. Via verschillende werkvormen komen we in contact met

biovita
BIO SUPERMARKT
BIOLOGISCHE VOEDING • VERZORGING
SPEELGOED • GEBOORTELIJSTEN
NIEUW: BIO-NATUURSLAGERIJ
Bioweek: 5 t.e.m. 12 juni
10% korting op alle verse producten
Torhoutsesteenweg 179, 8200 Sint-Andries • 050/39 54 74
Maalse Steenweg 299, 8310 Sint-Kruis • 050/54 54 20
Open ma. t/m vrij. 9u – 18u30 • Zat 9u - 18u
www.biovita-brugge.be

Franciscus van Assisi en hoe die vorm krijgt in onszelf. Waar kunnen we dat beter doen dan in Assisi. **Dirk Oosterlynck, Rika Vandevenne**. Het Oneindige. St. Anthony's Guesthouse. Via Galleazzo Alussi 10. 06081 ASSISI.Italië. 051 31 63 91. www.hetoneindige.be

[W][WA] Vakantieworkshop «Se faire confiance en Conscience» 1 tot 4/7. Vierdaagse vakantieworkshop in Durbuy. **Dirk Marivoet, Christian Girardet**. Ibi. Durbuy. 6940 DURBUY. 09 228 49 11. info@bodymindintegration.com - www.bodymindintegration.com

T'ai-Chi-Chuan

[W][AN] Taiji tuishou of pushing hands. van 12 tot 13/6. 10u-17u. Oefeningen met partner ter ontwikkeling en hantering van taiji krachten. Zonder winnaar of verliezer, enkel de wederzijdse ontwikkeling is van belang. **Zhengyu Shen**, docent. Buqi Institute Belgium. Koninklijk Atheneum Mortsel. Hof Van Riethlaan. 2640 MORTSEL. 03 281 0532. www.buqi.net

[W][AN] Taiji tuishou of pushing hands. 12 tot 13/6. 10u-17u. Oefeningen met partner ter ontwikkeling en hantering van taiji krachten. Zonder winnaar of verliezer, enkel de wederzijdse ontwikkeling is van belang. **Zhengyu Shen**, docent. Buqi Institute Belgium. Koninklijk Atheneum Mortsel. Hof Van Riethlaan. 2640 MORTSEL. 03 281 0532. sofie@buqi.net - www.buqi.net

Vastenkuren en onthouding

[C][WA] Vasten en wandelen op de Eau d'heure. 19 tot 25/6. Vasten en wandelen (Water- & groentesap-vasten) op de Eau d'heure, leren over voeding en levend voedsel (in het Engels). **Mark Tucker**, Nutritional Coach. Lakes of l'Eau D'Heure. 6440 VERGNIES. 0497 921 911. info@vasten-en-wandelen.eu - www.vasten-en-wandelen.eu

Vrouwelijkheid-mannelijkheid

[W][OV] Moonlodge - Nieuwe Maan. 10/6 en 8/7. 20u-22u. Sjamanistisch geïnspireerd vrouwenritueel (geen zweethut!). Geniet van het ongedwongen samenzijn met andere vrouwen, kom thuis in je vrouwenziel. **Mieke Polfliet**. Thuis In Jezelf. Het Vrouwennest. Kriephoekstraat 74. 9230 MASSEMEN (WETTEREN). 03 366 46 16. www.thuisinjezelf.be

[W][VB] Zomermoonlodge. 22/6. 20u-22u. We vieren het begin van de zomer met een deugddoend vrouwenritueel, geïnspireerd door de traditie van de oude volkeren. Voedsel voor je vrouwenziel! **Mieke Polfliet**. Thuis In Jezelf. Centrum Merlyn. Prieelstraat 65. 1730 ASSE. 03 366 46 16. www.thuisinjezelf.be

[W][AN] Moonlodge - Volle Maan. 25/6 en 23/7. 20u-22u. Sjamanistisch geïnspireerd vrouwenritueel (geen zweethut!). Geniet van het ongedwongen samenzijn met andere vrouwen, kom thuis in je vrouwenziel. **Mieke Polfliet**. Thuis In Jezelf. J.E. Claeslaan 1. 2560 NIJLEN. 03 366 46 16. www.thuisinjezelf.be

[C][LI] Vrouwen van de maan. 25 tot 27/6. De vrouwelijke menstruatiecyclus loopt als een rode draad door deze vier weekenden. Via de vier fases van onze menstruatiecyclus gaan we dieper kennis maken met onze eigen vrouwenwereld. **Diana van Rietschoten.** Kasteel De Schans. Kasteelstraat 18. 3680 OPOETEREN. 089 62 92 62. www.kasteeldeschans.com

Yoga

[W][VB] Lach-yoga in clubverband. 10/6. 20u30-22u. Ademen, rekken en strekken, zingen, het zotteke uithangen, dansen, schaterlachen, mediteren en volledig ontspannen. **Marie-Louise Deschepper**. CC De Ploter. Kerkstraat 4. 1740 TERNAT. 02 582 27 92. www.lachclub.be

[W][OV] Yoga met je baby. 10/6, 17/6 en 24/6. 11u15-12u45. Ondersteunt de band met je baby (tot +/- 1 jr), stimuleert de ontwikkeling op een speelse, fysieke manier en verbetert je conditie na de bevalling. **Eva Rodenburg**. Rosanja. Merelbekestationplein 10. 9050 GENTBRUGGE. 0494 123 134. eva@rosanja.be - www.rosanja.be

[C][OV] Dru yoga. Elke maandagavond. 19u30-21u. Met vloeiende bewegingen, leer je je lichaam en geest ontspannen. Door de zachte vorm is Dru Yoga haalbaar voor iedereen! **Lieve Van Hoeteghem**. Yalu. Land Van Waaslaan 101. 9040 GENT. 09 329 57 22 - 0496 749 019. www.yoga-aandacht.blogspot.com

[C][VB] ShantiYogaFlow. Elke ma. en do. avond. Ontdek jouw kracht in 2010! Stel jezelf voor sterk in je lichaam en alert in je geest. Je bent welkom elke ma. en do. avond. Graag een seintje vooraf. Shantiyogaflow. 3010 KESSEL-LO. 0473 934 803. www.ShantiYogaFlow.be

[C][OV] Yoga. 11/6 tot 31/12. 8u30-22u. 30u per week: verschillende Yogavormen - Dru, Hatha, Power, Asthanga en Mindful Yoga. Ook Bodybalance, NIA en Pilates + sauna, stoombad, relaxruimtes. Shambho Body & Mind. Zuiderlaan 1-3. 9000 GENT. 09 333 80 00. info@shambho.com - www.shambho.com

[C] Cursus [O] Opleiding [W] Workshop [AN] Antwerpen [BR] Brussel [OV] Oost-Vlaanderen
[WV] West-Vlaanderen [VB] Vlaams Brabant [LI] Limburg [WA] Wallonië [BT] Buitenland

[C][OV] Pilates. 11/6 tot 31/12. 8u30-22u. 25u Pilates per week: 4 niveaus (Intro, Basic, Intermediate en Advanced). Vanaf mei ook Pilatesbootcamp (toestellen) + 5 Yogavormen + sauna, hammam... Shambho Body & Mind. Zuiderlaan 1-3. 9000 GENT. 09 333 80 00. info@shambho.com - www.shambho.com

[C][WV] Yoga in De Haan. 15/6, 22/6 of 29/6. 19u30-21u. Yoga, een eeuwenoude techniek om tot 'rust' te komen. **Raphael Claessens, Ingrid Meesens**. Leef-Voel-Groei. Wielingencentrum Expo. Graaf Jansdijk 18. 8420 WENDUINE. 0495 229 850 - 059 50 41 47. www.leefvoelgroei.com

[W][VB] Yogadag rond de ademhaling. 20/6. 10u-17u. Het overgrote deel van ons leven ademen we automatisch, zonder na te denken. Dit laat je toe om te overleven, maar helpt het ook om vol te leven? **Chris Camp**. Oost West Centrum. Leuven Shiatsuruimte. Jules Vandenbemptlaan 19. 3001 HEVERLEE. 03 230 13 82. www.owc.be

[W][VB] Kleuter-ouderyoga. 20/6. 11u30-12u30. De traditionele yogahoudingen worden gecombineerd met verhalen, ontspanning, massage, spelletjes, creativiteit... Zo kan het kind zijn innerlijke wereld 'her-Inneren' en vorm geven. Kreakatau. Putstraat 4. 3060 KORBEEK-DIJLE. 016 47 06 49. leen@kreakatau.be - www.kreakatau.be

[W][VB] Lach-Yoga voor senioren. 23/6. 10u-11u. Kom ademen, bewegen, zingen, lachen en mediteren samen met gelijkgestemden en maak nieuwe vrienden. Het is het recept om je jong te blijven voelen! **Marie-Louise Deschepper**. Dienstencentrum Ter Borre. Sint-Amandsplein 7. 1853 STROMBEEK-BEVER. 02 582 27 92. www.lachclub.be

[W][WA] De kunst van genieten. 2 tot 9/7. Vakantieweek met yoga, zacht lichaamswerk, dans, meditatie, massage, creativiteit, herbronning, sauna, veel tijd en ruimte om te genieten... **Bart Denys, Ilse Philips**. Kasteel van Frandeux. Rue des Pélerins 4. 5580 FRANDEUX. 0479 279403. www.dekunstvangenieten.be

[W][WV] Zomeryoga. 6/7 tot 21/9. 20u-21u30. Gevarieerde actieve yoga, meditatie en relaxatie. Geschikt voor iedereen. Losse lessen. Aanmelden niet nodig. Betalen kan ter plaatse. Elke dinsdag. **Alberto Paganini**, Yogaleraar. Soma Vzw. Moritoenhuis. Lange Vesting 112. 8200 BRUGGE ST.ANDRIES. 050 36 49 36. www.yogasoma.be

Wellness

AMAL **arganolie**
bij **MISIANA**
Unieke biologische cosmetica
Oudaan shopping winkel 5 - 0486/529 275
2000 Antwerpen

[W][AN] Natuurlijke Verzorging. 27/6. 10u-17u. Zelf verzorgingsproducten maken zoals voetbad, badzout, massageolie, kruidenstoombad, voedend masker, om je op natuurlijke wijze te verzorgen. 102047. **Vicky Colman**. Arcana. Deurneleitje 6. 2640 MORTSEL. 03 325 00 40. www.arcana-web.be

Zang & stem

[C][OV] Klanken van troost. 13/6. 10u. Verlies verwerken via zingen van troostliederen, neuriën, vertellen, in een herdenkingsritueel in een geborgen sfeer. **Katelijn Vanhoutte**. Cantavita. De Bedding. Krommewal 2. 9000 GENT. 055 31 37 85. www.debedding.eu

[W][VB] Play shops. 19/6. 9u30-18u30. Geen moeizame processen of ingewikkeld doen, maar op een plezante manier nieuwe muzikale wegen verkennen. **Els Cuypers**. Juvenesco. Drielindenbaan 18. 1785 MERCHTEM. 052 46 27 36. www.juvenesco.be

[W][WA] Boventonen... (samen)smelten in hemelse klanken. 1 tot 4/7. 9u30-18u. Het zingen van boventonen laat je toe je stem op een speelse wijze nog meer te leren kennen. De boventonen helpen om je waarnemingen te verfijnen. **Cantavita Katelijn Vanhoutte**, Zangtherapeute. La Martinette - Fréderic Sepulchre. Rue Louis Banneux, 65. 5580 ROCHEFORT. 0476 383 051. www.cantavita.be

Agenda plus **Bestaat al sinds 1996 in het Frans!**

Gratis maandblad verdeeld op 2.500 plaatsen (NL+FR) in België

✔ Info over een gezonde levensstijl: *gezonde voeding, zachte geneeskunde, therapieën, gezond wonen, ecologie en milieu.*

✔ Honderden activiteiten, gegroepeerd in voordrachten, workshops, cursussen en professionele opleidingen.

✔ Dossierartikels, artikels en kortjes.

www.agendaplus.be

[C] Cursus [O] Opleiding [W] Workshop [AN] Antwerpen [BR] Brussel [OV] Oost-Vlaanderen
[WV] West-Vlaanderen [VB] Vlaams Brabant [LI] Limburg [WA] Wallonië [BT] Buitenland

AGENDA Plus - een korte handleiding

Activiteiten

Organisatoren van activiteiten kunnen tot 4 activiteiten per maand aankondigen. Alle activiteiten worden gratis op de website gepubliceerd. In de mate van het mogelijke verschijnen ze ook in de papieren versie. Voorrang wordt gegeven aan organisatoren die een publicatiegarantie betalen. Je kan deze aanvragen via het formulier op www.agendaplus.be/publicatiegarantie.

Hoe activiteiten ingeven?

Je kan zelf je activiteiten rechtstreeks ingeven via www.agendaplus.be

- Ga naar het tabblad Professioneel.
- Maak een account aan. Je zal een e-mail ontvangen met een link om deze te activeren.
- Nadien kan je inloggen en onmiddellijk je activiteit(en) ingeven bij Mijn activiteiten onder het tabblad Professioneel.

Wanneer activiteiten doorgeven en voor welke periode?

Alle activiteiten in AGENDA Plus lopen steeds van de 10de van de maand van verschijning tot de 9de van de maand erop en zijn bedoeld voor groepen. Activiteiten kan je doorgegeven tot uiterlijk de 10de van de maand die voorafgaat aan de activiteit. Concreet, voor het volgende nummer geef je activiteiten door vóór 10 juni en loopt de activiteitenagenda van 10 juli tot 9 september. AGENDA Plus verschijnt immers niet in augustus en januari.

Van dag tot dag en de rubrieksagenda

Voordrachten, opendeurdagen, tentoonstellingen en evenementen worden in 'van dag tot dag' gepubliceerd en staan per provincie. Cursussen, workshops en opleidingen komen in de 'agenda' en staan per rubriek.

Extra opties

Om je activiteit er te laten uitspringen, kan je bijbetalen voor een achtergrondkleur. Wens je een activiteit op voorhand aan te kondigen, dan kan je een zoekertje plaatsen van het type Cursus/Opleiding.

Zoekertjes

Heb je een ruimte te huur, zoek je personeel of wens je iets op een efficiënte en goedkope manier aan te kondigen? Plaats een zoekertje in AGENDA Plus, je zal merken dat het werkt. Via het formulier op www.agendaplus.be/zoekertjes kan je de aankondiging rechtstreeks ingeven of je kan gebruikmaken van het invulformulier op pagina 76.

Advertenties

Heb je een product dat goed is voor mens en milieu of wil je iets aanbieden met een duidelijk 'Plusgehalte'? Plaats een advertentie in AGENDA Plus en bereik duizenden lezers in heel Vlaanderen en Brussel (en indien gewenst, ook in Wallonië). Onze publiciteitsverantwoordelijken Linda en Patrick staan je graag met raad en daad bij om tot een optimale samenwerking te komen.

Linda is bereikbaar via linda@agendaplus.be of telefonisch op 0473 923 466.
Patrick is bereikbaar via patrick@agendaplus.be of telefonisch op 0474 997 085.
Je kan hen geheel vrijblijvend contacteren als je concrete interesse hebt om te adverteren.
Onze tarieven en de afmetingen van advertenties staan op www.agendaplus.be/adverteren

Alle activiteiten, artikels en meer vind je op

www.agendaplus.be

citaat

'Alleen door tegen de stroom in te zwemmen,
kan men de bron bereiken.'

Indonesië wil energie uit vulkanen tappen

Indonesië heeft een ambitieus plan gelanceerd om energie te tappen uit de vulkanen in het land. Op die manier zou het land marktleider worden in geothermische energie. Indonesië bestaat uit ongeveer 17.000 eilandjes die zich uitstrekken van de Indische tot de Stille Oceaan. Op die eilanden liggen honderden vulkanen, die naar schatting ongeveer veertig procent van het geothermische potentieel omvatten. Tot nu toe wordt echter maar een kleine fractie van die energie benut. De regering van Indonesië zoekt financiële steun bij investeerders, de Wereldbank en partners als Japan en de VS. Geld is dan ook het grootste probleem in Indonesië. Het land is momenteel afhankelijk van vervuilende centrales op fossiele brandstoffen. Een geothermische centrale zou twee keer meer kosten en het duurt veel langer voor ze in gebruik kan worden genomen. Maar na de bouw kunnen centrales wel gebruik maken van de eindeloze voorraad vulkanische hitte om elektriciteit op te wekken. Daarnaast valt ook de vervuiling weg, waardoor de CO_2-uitstoot van Indonesië fel zou dalen. [Bron: Het Laatste Nieuws]

Europese satelliet ziet 'onmogelijke' ster

De Europese ruimtetelescoop Herschel heeft een ster ontdekt die volgens de wetenschappelijke theorie niet zou kunnen bestaan. Dat heeft de Europese ruimtevaartorganisatie ESA onlangs bekendgemaakt op een symposium in het Nederlandse Noordwijk. De ster staat op ruim 4200 lichtjaar (40 biljard kilometer) van de aarde. De ESA spreekt van een 'embryonische ster', een ster die nog aan het ontstaan is. Het hemellichaam is ongeveer acht tot tien keer zo groot als onze zon en in de directe omgeving is zo veel gas en stof dat de ster nog honderden keren groter kan worden. De ster kan uitgroeien tot een van de helderste objecten in de Melkweg. [Bron: happynews.nl]

Apart slapen is goed voor je relatie

De Britse wetenschapper Neil Stanley beweert dat getrouwde stellen beter gescheiden kunnen slapen. En niet alleen in aparte bedden, ook in aparte slaapkamers. Samen in een bed slapen kan irritaties opwekken door bijvoorbeeld omdat de partner snurkt. Volgens de onderzoeker is slecht slapen niet goed voor de psychische, mentale en emotionele gezondheid. Als je goed slaapt, is dat niet alleen goed voor je gezondheid, maar ook voor je relatie. Samen slapen hoeft geen enkel probleem te zijn, zolang beide partners maar goed slapen. [Bron: gezondheidsnet.nl]

Slimme wagen belt zelf de hulpdiensten

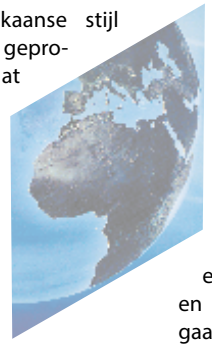
Stel je voor dat je in het midden van de nacht op een verlaten weg in slaap dommelt achter het stuur, tegen een boom botst en bewusteloos raakt. Niemand kan de hulpdiensten bellen, behalve... je auto zelf. Het lijkt misschien een gadget uit een futuristische film, maar heel binnenkort wordt het realiteit in Europa. Onlangs heeft België eindelijk zijn handtekening gezet onder het project. Daarmee geeft ons land aan dat het de nodige stappen zal doen zodat hulpdiensten over de juiste systemen kunnen beschikken. Vanaf september zullen autobouwers het systeem als optie aanbieden. Bij een zwaar ongeval belt de wagen automatisch naar het Europees noodnummer 112. Daarmee wordt de dichtstbijzijnde hulpdienst gecontacteerd, die je wagen ook heel precies kan lokaliseren. Gevolg: de ziekenwagen is veel sneller ter plaatse. Dit systeem zou jaarlijks 2.500 levens kunnen redden. Het zou bovendien niet meer dan 100 euro per wagen kosten. [Bron: De Standaard]

Maagdelijke voortplanting bij haaien

Sommige haaiensoorten hebben geen mannetjes nodig om zich voort te planten. Amerikaanse wetenschappers onderzochten deze 'maagdelijke bevruchting' door eieren van een vrouwelijke witgestippelde bamboehaai in een broedkas te bewaren. Aanvankelijk dachten ze dat eieren niet bevrucht waren, aangezien het vrouwtje in kwestie in gevangenschap leefde en nooit contact had met een mannetjeshaai. Tot hun verbazing kwamen twee eieren toch uit. Haaien planten zich waarschijnlijk al miljoenen jaren op deze manier voort. Het zou dankzij deze strategie zijn dat de dieren al zo lang op onze planeet konden overleven. [Bron: Het Laatste Nieuws]

Pepsi-automaat geeft beloning voor lege flesjes

Pepsi heeft een gloednieuwe automaat gelanceerd waarmee gebruikers beloond worden voor het recycleren van hun lege flesjes. Pepsi doopte de automaat de 'Dream Machine'. Geheel in Amerikaanse stijl wordt de machine gepromoot als een toestel dat dromen van mensen over de hele wereld kan waarmaken. Wie lege flesjes of blikjes in de machine gooit, krijgt als beloning punten waarmee via het internet geschenken zoals petjes besteld kunnen worden. Voorlopig staat de Dream Machine enkel in de Verenigde Staten. Maar is de machine van Pepsi weer geen goed doordachte publiciteitsstunt? Hoeveel energie is bijvoorbeeld niet nodig om de grote toestellen te bouwen en te laten werken? En zorgt de machine niet voor een verkeerde motivatie bij klanten? Het is immers de bedoeling mensen aan te zetten om meer te recycleren, maar door de beloning kan het klanten ook aanzetten om meer te consumeren. Het commerciële karakter van Pepsi's Dream Machine wordt nog duidelijker op het internet. Op Facebook bestaat al een fanpagina en op YouTube heeft Pepsi een eigen videokanaal. [Bron: Het Laatste Nieuws]



© D.R.

Franse overheid wil 50.000 elektrische wagens kopen

Of je nu voorstander of tegenstander van elektrische wagens bent, het blijft een straf verhaal: de Franse regering wil de bouw en het gebruik van elektrisch aangedreven auto's ondersteunen, onder meer door 50.000 exemplaren van deze wagens aan te schaffen. Dat heeft minister van Milieu Jean-Louis Borloo onlangs aangekondigd.De bedoeling is dat de wagens zouden gebruikt worden door een groep van twintig bedrijven, die minstens voor een deel eigendom zijn van de Franse overheid. Het gaat onder andere om luchtvaartmaatschappij Air France, energieleverancier EDF en spoorwegmaatschappij SNCF. Daarnaast krijgen particulieren die tot het jaar 2012 een elektrische wagen aankopen, een bonus van 5.000 euro. Borloo verklaarde voorts dat twaalf Franse steden en stedelijke centra zich verbonden hebben tot de oprichting van een netwerk van oplaadstations. [Bron: Het Laatste Nieuws]

Vuilnisbelten van plastic in onze ocanen

Tijdens de excursie met de Beagle in de Indische Oceaan onderzochten specialisten of het praktische haalbaar zou een gigantische vuilnisberg van plastic, drijvend in de oceaan, op te ruimen. Dat blijkt zowel om milieutechnische redenen als financieel onhaalbaar. Naast de 'vuilnisbelt' in de Indische Oceaan zijn er vier vuilnisbelten in de Stille Oceaan en drie in de Atlantische Oceaan. Samen gaat het naar schatting om een gebied dat ruim twee keer zo groot is als de Verenigde Staten. Oplossingen ter voorkoming van de schadelijke effecten van de plastic soep dienen te worden gezocht aan de ontwerptafel van producten. Door slimmere ontwerpen en samenstellingen van materialen, zouden de negatieve effecten op het ecosysteem van materialen die in de zee terechtkomen drastisch kunnen worden gereduceerd.
[Bron: www.peopleplanetprofit.be]

Nu te koop in de dagbladhandel

www.luckmagazine.be

Nieuwe Origin'O in Overpelt

Op 5 mei is de 12de Origin'O geopend in Overpelt. De eerste winkel van deze bio-winkelketen in Limburg is gevestigd aan de Ringlaan 212. Josephine & Liesbeth bieden een volledig assortiment aan van biologische groenten, fruit, brood, kaas, vlees, vegetarische en glutenvrije voeding, ecologische verzorgings- en onderhoudsproducten. De winkel is geopend van maandag tem vrijdag van 09u tot 12u30 en van 13u15 tot 18u30 en op zaterdag van 09u tot 17u. Info: www.origino.be

Santé bio-ginsengkoffie

De Santé ginsengkoffie heeft zijn bestaan te danken aan de Vlaamse koffiedrinker. Toen de ginseng oploskoffie op de markt kwam vroegen veel consumenten een niet-instant koffie en bovendien een koffie die biologisch zou zijn. Deze bio-opschenkkoffie is uniek in de wereld. Dit is koffie uit Peru die in ons land geroosterd en gemalen is en zorgvuldig gemengd met ginseng van de hoogste kwaliteit. Het is een product dat uitgevoerd wordt naar heel Europa, China en Japan en waar België fier op is. Voor meer info: santekoffie@hotmail.be of informeer bij je natuurwinkel.

Hadiqa Markt

Hadiqa is een energetisch centrum en esoterische boekenwinkel in Antwerpen. Het biedt een uitgebreid gamma aan van artikelen op het gebied van spiritualiteit en bewust en gezond leven, zoals boeken, cd's, essentiële oliën, en sierraden. Annouschka Van Mossevelde start binnenkort met Hadiqa Markt. Ze zal de producten van Hadiqa verkopen op meer dan 40 markten in Antwerpen, Oost- en West-Vlaanderen. Info: www.hadiqa.be

Ontdek hoe eenvoudig én betrouwbaar je bij bio-webwinkel AmanVida je keuze maakt uit een grote selectie bio, eco en fair trade. De leveringskosten zijn GRATIS als je dit testpakket bestelt. Voor je hele bestelling. Kijk dus rustig nog even rond. Het testpakket omvat: Amanprana Okinawa Omega Happy Delight 100ml + Kokosolie 100ml + Gula Java kokosbloesem suiker Brut 390g + Gula Java Cacao 390g + Dr. Bronner stuk citruszeep aan €38 (i.p.v. €47). Je voordeel: €9 én binnen enkele dagen GRATIS thuisgeleverd. Actie tot 30/6/2010

www.amanvida.eu

«Niets verandert ooit ten kwade.

Alles verandert alleen maar ten goede.»

uit «Als alle verandert, verander dan alles» [zie hieronder]

Ayurveda begrijpen vanuit het hart

Lies Ameeuw

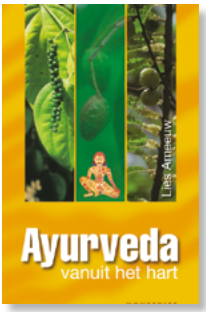
Ayurveda is een holistische geneeswijze, een praktische manier om met gezondheid en ziekte om te gaan. Dit boek behandelt de principes van deze aloude geneeskunst op een hedendaagse en duidelijke manier. Alle facetten van de geneeswijze komen aan bod: voeding en spijsvertering, energetische en fysieke systemen, processen van ziekte en genezing, diagnosevormen, constitutieleer, levensgewoonten en therapieën. Dit boek is een must voor de geïnteresseerde leek en voor mensen die professioneel met deze geneeswijze bezig zijn. Het is zeer toegankelijk geschreven, met talloze voorbeelden uit de praktijk.
[350 p. Houtekiet]

Als alles verandert, verander dan alles

Neale Donald Walsch

In zijn nieuwe boek geeft Neale Donald Walsch – bekend van Een ongewoon gesprek met god – negen manieren om te leven met verandering. Transformatie kan zwaar zijn, maar kan je leven ook enorm verrijken. Walsch biedt inzicht, begrip, advies en hulp bij de veranderingen die iedereen ooit meemaakt én een flinke dosis hoop in deze tijden van crisis.
[285 p. Paradigma]

Neale Donald Walsch komt in september naar Amsterdam. Je kan er een workshop volgen over zijn boek. Alle info: www.inspirerendleven.nl



Uit het leven gegrepen

Mieke Michiels en Sarah Gommers

Mieke en Sarah hebben een hele weg afgelegd in hun leven, een weg van pijn, ziektes, maar ook van nieuwe ervaringen met het ziele-niveau. De ziel is een deel van iedereen, het wordt soms ook anders benoemd zoals het onderbewuste. Zonder te vervallen in dromerij, geven Mieke en Sarah de impact weer van de ziel op hun dagelijks leven. Hun boek doet je via indringende thema's kennismaken met de manier waarop een ziel in je leven komt, zich manifesteert.
[100 p. TTB Uitgeverij]

Overleven in relaties

Pieternel Dijkstra & Gert Jan Mulder

Op school leer je wel rekenen, taal, aardrijkskunde en wiskunde maar niet hoe je met mensen om kunt gaan. Wat dat betreft zijn we analfabeet: onze relaties veroorzaken onnodig veel spijt, pijn en verdriet. Dit boek probeert dat leed te voorkomen en verzachten. Mensen vinden het niet altijd even gemakkelijk om in relaties samen te leven. De auteurs (een psychologe en een bedrijfseconoom) geven je de broodnodige informatie over hoe relaties werken en hoe je op een prettige manier kan overleven in het doolhof van intermenselijke contacten. Zowel privérelaties als die op het werk komen aan bod.
[221 p. Bert Bakker]
Recensie © Johannes Boekhandel

Bewustzijn

Brandon Bays

In dit baanbrekende, inspirerende en interactieve boek nemen Brandon Bays en Kevin Billett je mee op een indrukwekkende reis. Al je onbewuste remmingen worden opgespoord en verwijderd. De auteurs inspireren je bovendien om moeiteloos rijkdom en gezonde overvloed te creëren in je werk, je gezondheid, je relaties en je creativiteit. [268 p. Forum]

CD Stromen van emoties

Beatrice Van der Linden

Steeds meer studies tonen de heilzame invloed van bepaalde muziek op de mens en zijn omgeving aan. Beatrice Van de Linden heeft het aan den lijve ervaren. Hoe meer ze zich in de muziek verdiept, hoe meer ze haar emoties kan laten stromen en hoe voller ze in het leven staat. Vergelijk het met het stromen van water. Deze cd bestaat uit 13 eigen nummers, die ontstaan zijn vanuit diepe emoties, gelinkt aan bepaalde personen en gebeurtenissen, geboetseerd en getransformeerd op de 10-snarige gitaar. www.beatricevanderlinden.be

Zelfverzekerd door het leven

Pieternel Dijkstra

Kun jij zeggen dat je trots bent op jezelf? Heb je jezelf geaccepteerd zoals je bent, inclusief je tekortkomingen? Vind je dat je de moeite waard bent? Als je antwoord negatief is, dan is de kans groot dat je een laag gevoel van eigenwaarde hebt. Het goede nieuws: zelfvertrouwen kun je leren en Zelfverzekerd door het leven helpt je daarbij. [150 p. Spectrum]

Groene stapjes

Glenn Murphy

Een fraai vormgegeven boek over hoe de kinderen moeder Aarde kunnen redden. Grappige illustraties die het verhaal vertellen van ons milieu. Slimme ideeën die laten zien hoe de wereld kan veranderen als we voor groen kiezen. Hoe een mens, een groepje vrienden, een schoolklas de wereld al een stuk gezonder kan maken.Een interactieve benadering van groen aan de slag gaan, met een mooie poster.
[96 p. Elmar]

zoekertjes

De redactie is niet verantwoordelijk voor de inhoud van de zoekertjes. We nodigen je uit behoedzaam te zijn en enig oordelingsvermogen aan de dag te leggen.

Cursus - Opleiding

DE STILLE KRACHT

De Stille Kracht Plaats van rust stilte inspiratie herinnering Cursussen Chakra, Relaxatietherapie, Vrouwencirkel Jaaropleiding Cosmic & Flower Remedies Individuele consultaties en massage www.de-stille-kracht.be

Leer coachen!
OPEN COACHING
www.coachingyou.be

Open Coaching: opleiding professioneel coachen. Antwerpen - Gent - Hasselt - Turnhout - Geetbets (Leuven) 9 dagen: start sept/okt 2010 & start febr 2011.Voor leidinggevenden, interne coaches, consultants, begeleiders, leraren, opleiders en personen die een eigen coachingpraktijk willen opstarten. www.coachingyou.be tel 03 321 97 04

Sjamanistisch weekend met Drolma "Opening van het Hart". Van do. 19 augustus tot zo. 22 augustus 2010. Zweethut en Ceremonies, omgaan met zwaarbeladen emoties, de transformatie naar een diepere zelfkennis, het openen van ons Hart om de ware liefde te ontmoeten. Te Koningsteen Oxdonkstraat 168 2880 Kapelle-op-den-Bos. www.koningsteen.be Info: Magali Saccazes infohemaa@yahoo.fr 0475 775 777

Vanaf 18/9: Basics Psycho-Astro Jaarprogramma in 20 zaterdagen. Iedereen kan met astrologie beginnen en een portie zelfkennis opdoen. Eline Rootsaert. School Voor Astrologie. Muntestraat 20. 9860 Scheldewindeke. 09 362 23 65 - 0476 374 372. eline@schoolvoorastrologie.be - www.schoolvoorastrologie.be.

Gezondheid

Voetreflexologie-Vlindermassage-I.E.T.healing Kom tot rust fysiek, mentaal en emotioneel. Breng lichaam, geest en ziel terug in balans. Behandelingen duren 1u, prijs: € 45. Info: www.vlinder-licht.be

Voetreflexologie Voor je fysiek en mentaal welzijn. Yalu, Land Van Waaslaan 101, Sint-Amandsberg. Op afspraak 0496 749 019 - www.yoga-aandacht.blogspot.com

Ayurveda in Zuid-India. Traditionele ayurveda- en panchakarma kuur in niet-toeristisch vissersdorp in Kerala gsm 0487 468 549. www.bamboo-cottage.org

Herbronnen

Netwerk Integratieve Masseurs
www.i-massage.be

Op zoek naar een ontspanningsmassage? Massage vanuit een holistische benadering als cadeautje aan jezelf of voor iemand die je lief is. www.i-massage.be

Over te nemen

Bio-frituur Merel. + boekingen + bijhorend materiaal... € 65.000. Wegens vertrek naar Noorwegen. 0476 452 105.

Persoonlijke ontwikkeling

Multidimensionele balancering en heling. Individuele energiesessies : EMF Balancing Technique, Dans der Energieën of Shamballa 13D. Eva Van den Broeck, The Bridge of Singing Light - eva.michaele@skynet.be - 02 344 76 00.

De Parel: coaching en levensloopbegeleiding. In jouw levensverhaal zit een schat aan informatie verborgen. Via coaching en onderzoek van jouw levensloop kom je terug op het spoor van je inspiratie en bezieling. Dan krijgt de parel in jou weer kans om zich te tonen. Sammy Vienne - 09/219 92 32 - www.parelsgewijs.be

Energetische en Harmoniserende Behandelingen. Esalen-massage tast in de diepte van uw wezen en laat uw liefde stromen. Kom en geniet... zie www.esalen.net European Institute of Esalen. Met olie. Je kan ook kiezen voor een Reiki-behandeling met de kleren aan of een overdracht van de Christosenergie die de Akashaherinneringen aantrekt en het Weten van de Ziel kan overdragen. Christos is de innerlijke Christus of allesomvattende Liefde. 02/479 38 48 mimistevens@skynet.be

(Wandel)therapie,-coaching en training. In een gezellige gespreksruimte of al wandelend, je problemen aanpakken met je ervaren therapeut. Meer info en workshops zie www.helica.be

Zomerweek Mindfulness 17-23 juli De 8-weekse basistraining in één week in een prachtige omgeving in de Franse Ardennen. Herbronnen en kwaliteitsvol leven. Marisa Hoslet, www.mindfulgroeien.be, 0496 507 536

Interpersoonlijke Mindfulness 1-7 augustus Tijdens deze zomerweek leren we mindfulness toe te passen in contacten met anderen en dit in een mooie omgeving. Milde en mededogende aanwezigheid. Marisa Hoslet, www.mindfulgroeien.be, 0496 507 536

Mindfulness & Enneagram. Jezelf/je ontwikkelingspad ontdekken, intens leven, optimaal functioneren. Mindfulness & enneagram tonen een weg naar zelfrealisatie. Van 9 tot 13 augustus 2010 in Koningsteen - www.essens.be

Spiritualiteit

Tekenen van een nieuwe tijd en de Wederverschijning. Gratis nr. Transmissions VZW PB 19 1950 Kraainem. Transmissions@skynet.be. 02/5382161. www.sharenl.org.

Te huur

3 mooie zalen te huur. Foto's en info: www.projectdewegwijzer.centerall.com - projectdewegwijzer@skynet.be Tel. 03/231.57.07 of 0479/ 685.155

Huis te huur op de Kalmthoutse Heide. De Mellie Uyldert Stichting verhuurt haar huis midden op de Kalmthoutse Heide aan groepen t.b.v. bewustwordingsbijeenkomsten, workshops e.d. Overnachting mogelijk voor 12 pers. Info : karensamsom@xentic.nl of tel. 03 666 84 72

Massage- en/of reikiruimte te huur. Antwerpen, Eilandje. Massagetafel en materiaal aanwezig. Wordt verhuurd per dag of ½ dag. Verwarming inbegrepen. Sfeervolle context bij Natuurkapper Hairport. Tel 03 226 07 31. www.hairport.be

Praktijkruimte te huur in Leuven. Rustige praktijkruimte te huur op 2 minuten wandelen van het station van Leuven. Ideaal voor massage, reiki, gesprekstherapie, coaching,... Meer info op www.praktijkleuven.be

Centrum Voelen, www.centrumvoelen.be, Eke Begeleidt naar emotioneel evenwicht, vitaliteit, gezondheid en ontmoeting met lichaamsgerichte methodes. Zoek je een praktijkruimte ? Of zoek je collega's? Neem contact op met Syntia, syntia@centrumvoelen.be

Op zoek naar een mooie, comfortabele ruimte? Te huur: 2 nieuwe zalen: 115m2 en 40m2 te Beerse (Turnhout) voor workshops, lessen, sport of hobby. Groot terras en tuin. www.innerlijkebron.be

Therapeutische massages

Een totaalmethode. Lichaamsgerichte Psychotherapie. Therapeutische massages. Diepe ontspannende massages. Gent-centrum. De behandeling is een totaalmethode om pijn te bestrijden. Neem een kijkje op: www.dhartiaansedynamica.be

Therapieën

De Helende Reis van Brandon Bays, individueel. Laat je emotionele, fysieke, relationele en professionele klachten definitief los met deze wereldwijd erkende methode. Ook korting op WE. Annick Ottenburgs. www.journeytherapie.be.

Nieuw boek: In de voetsporen van E. Bach. Het nieuwste boek: 'In de voetsporen van Dr.Edward Bach' is een openbaring en een must voor iedereen die met Bachbloesems werkt. www.bosrank.be

Kom tot rust bij Het Pad van Orion Kortenberg. Drukpuntmassage en helende energie zorgen voor een diepe ontspanning. Aura healing, Shiatsu, Reiki, Vlindermassage. www.hetpadvanorion.be 0499 347 751

www.lies-ameeuw.be

Ayurveda-consulten 9/10/12 juni. Bij de School van Ayurveda door Dr Shubanghee, na afspraak. Info: www.lies-ameeuw.be - info@lies-ameeuw.com - 051 51 07 66

Gestalttherapie Een therapie gericht op het vrij worden, in contact met jezelf en de ander. Info: Kristel Roosbeek 0498 549 418 www.rosanja.be

Muziektherapie Muziektherapie maakt het mogelijk je woordenloze verhaal, onverwoordbare gevoelens tot expressie te brengen. Maia Van Landeghem www.rosanja.be

Cranio Sacraal Integraaltherapie Bij cvs, uitputting, migraine, slaapstoornissen, rug- en nekklachten, hormonale problemen, stress... maar ook angsten, verdriet, depressie en trauma's. Michel Lootens 0477 510 101 en 056 41 03 13 - info@reliantie.org.

Vakantie

Pyreneeën, juli 2010 naar keuze 2 of 4 weken. Vasten en wandelen, levensbezinning, trekking van bergmeer naar bergmeer o.l.v. Richard van Egdom, www.pyrenees-pyreneeen.be

Eenvoudig, natuurlijk huisje. 1 / 4 pers. voor stilteverblijf midden op de Kalmthoutse Heide. Mellie Uyldert Stichting - info : karensamsom@xentic.nl of tel. 03 666 84 72

Massageworkshops op de Canarische eilanden! Onder een zonneboog van zeven chakrakleuren organiseren wij zeven inspirerende thema-massageweken op het eiland La Palma! Neem een kijkje op: www.dhartiaansedynamica.be

Zomermidweek creatief meditatief genieten! Natuurbeleving! Natuurlijk bewegen! Natuurvoeding! 9-13 augustus 2010 Tahier hart van de Condroz prov Namen. www.mindful-leven.be www.tiralala.be

Qigongvakantie: 18-25/09. Qigong bij zonsop- en ondergang, lichtvoeding, vitaal water, uitstappen, genieten aan zwembad. www.qigongkring.be - 03 312 52 20.

Yoga-crea-natuur stages kleuters en kinderen. Vakantiestages natuuravontuur voor kleuters 4-5j (2-4 aug, 75€) en voor kinderen tot 12 jaar (9-13 aug, 125€)-2de kind 50%. www.keakatau.be

Herbronnen in de natuur Zomerstages. Middenin de natuur, stilte, de energie van bomen dieper leren waarnemen. Met yoga, meditatie en klankschalen. www.ahimsacircle.be

Varia

Stemcoaching. Stemcoaching voor zangers/acteurs/sprekers. Creatieve Stemtherapie. Relaxatie. Nancy Kluysse 0478 260 504 Oostende (Practitioner Solisten + Certificaat Roy Hart) www.perfect-pitch.eu

Boek "Uit het leven gegrepen" Mieke en Sarah. Dit boek gaat over "zielevriendschap" - zowel tussen mensen als in verbinding met het Hogere. Het is het aangrijpend verhaal van hun leven, hun ziektes, vreugde en moed. Te bestellen voor 18 euro in de boekhandel of via info@uithetlevengegrepen.be.

Danspartner gezocht (m) Voor beginnerscursus Argentijnse tango in regio Brussel. Info: 069 562 705

Zoek nieuwe thuis voor circus/theaterproject. Dochter Iris en vriend Jef zoeken nieuw verblijf met project Cie Circ'Ombelico. Prachtspektakel, ook in "zomer van A'pen"! Hoek van ons vroeger eethuis Roxy Tornado is té klein, er is geen terrein. Weet iemand een leuke plek? Hoop mijn kinderen zo te helpen aan een woonst (terrein - hangar - schuur) Bedankt mensen, écht, om bij deze vraag even stil te staan, Annamaria Stoop 0486 529 275 - AMAL arganolie-Dries 45 - 2000 -Antwerpen

Synergio. Energetische Zondagen en Gids. www.synergio.be

Abonnement - Zoekertjes

STUUR DEZE PAGINA OP NAAR AGENDA PLUS
Maaltebruggestraat 156A - 9000 GENT of fax 070 41 45 39

ORGANISATIE.....

Naam & voornaam.....

Adres.....

Postcode..... Plaats.....

Tel.....

AGENDA PLUS BIJ U THUIS ONTVANGEN

❑ Ik wens AGENDA Plus gedurende 1 jaar bij me thuis te ontvangen en stort €18 op het rekeningnummer 363-0341596-02 van Uitgeverij ACCORDIA bvba. (Nederland: €25, andere landen: €28). Dit bedrag dekt uitsluitend de verzendkosten.

ZOEKERTJES

❑ Ik wens de volgende aankondiging te plaatsen aan de prijs van € 26 incl. btw voor 4 lijnen van 36 tekens (interpunctie en spaties inbegrepen), € 6,50 incl. btw per extra lijn.

❑ Plaats mijn zoekertje in de volgende rubriek:

❑ Persoonlijke ontwikkeling	❑ Cursus - Opleiding	❑ Over te nemen	❑ Vacatures
❑ Therapieën	❑ Workshop - Voordracht	❑ Te huur	❑ Ontmoetingen
❑ Gezondheid	❑ Herbronning	❑ Te koop	❑ Internet
❑ Therapeutische massage	❑ Vakantie	❑ Spiritualiteit	❑ Varia

Plaats mijn aankondiging ❑ 1 keer ❑ 2 keer (10% korting) ❑ 3 keer (20% korting)

❑ Ik wens een achtergrondkleur (+ € 15) : ❑ groen ❑ blauw ❑ geel ❑ roze

❑ Ik wens de antwoorden via de kantoren van Uitgeverij ACCORDIA bvba ontvangen (+ € 3)

❑ Ik wens een kleurenadvertentie te plaatsen van ..... cm hoog (€ 50,00 excl. btw/cm) op een hoogte/kolom van 42 mm: ❑ in de «Zoekertjes» ❑ in de activiteitenagenda

❑ Ik wens een factuur (+ € 5). Mijn btw-nummer is .....

Opgelet: de aankondiging zal pas verschijnen na ontvangst van de betaling

❑ Ik stort het bedrag van ..... vóór de 15de van de maand voorafgaand aan de verschijning op het rekeningnummer 363-0341596-02 van Uitgeverij ACCORDIA bvba.

ofgebruikhetformulieropwww.agendaplus.be/zoekertjes

Vacature plus

Veel mensen zijn op zoek naar een job met meer inhoud en meer betrokkenheid. Voor bedrijven en vzw's is het niet altijd makkelijk om de juiste persoon met passie te vinden. Daarom lanceert AGENDA Plus de dienst VACATURE Plus.

Op zoek naar de job van je dromen? Ziehier een overzicht van de vacatures in de sectoren
* bio / eco / natuur
* cursus- en opleidingscentra

Meer jobs vind je op **www.agendaplus.be/jobs**

Vacatures

SEO marketeer/ e-commerce medewerker. Parttime of fulltime – niet-roker – geïnteresseerd in bio, fair trade, eco. In een klein team sta jij in voor onze topplaats bij de zoekmotoren van enkele websites. Je rapporteert onze posities bij zoekmotoren en verbetert de SEO teksten om de sales te verhogen. Info: www.noble-house.tk Stuur je CV met motivatiebrief naar chantal.voets@noble-house.tk

N-ergix zoekt regiomanagers en consulenten. Wij bieden: unieke artikelen, gloednieuw concept voor homeparty's. Succes verzekerd: zeer goede hoofd- of bijverdienste met doorgroeimogelijkheden. Gratis opleiding en ondersteuning. Alle info op www.n-ergix.com

Verkopers en verdelers gezocht. Vita Santana zoekt op zelfstandige basis verkopers en verdelers. www.vitasantana.be - 03 297 96 91.

Natuurpunt zoekt jobstudenten. Natuurpunt schakelt het hele jaar door jobstudenten in om natuurliefhebbers ervan te overtuigen lid te worden van Natuurpunt. Interesse? Alle info vind je op www.natuurpunt.be

Docent Mindfulness. De Schoonheidsschool heeft meerdere openstaande vacatures, waaronder o.a. een voor een docent mindfulness. Alle info: www.schoonheidsschool.be

Projectleider windenergie. ODE Vlaanderen zoekt voor spoedige indiensttreding een projectleider windenergie (M/V). www.ode.be

Voltijds fondsenwerver m/v. Gaia heeft een vacature voor een fondsenwerver, o.a. verantwoordelijk voor het aanboren en uitwinnen van nieuwe fondsen. jobs@gaia.be - www.gaia.be

Manager Noordwerking. Om onze missie en doelstellingen samen met de beweging te realiseren zoeken we nu een (m/v) : Manager Noordwerking Oxfam-Wereldwinkels vzw. www.11.be

VIBE-jobs. Het Vlaams Instituut voor Bio-Ecologisch bouwen en wonen zoekt een halftijdse inhoudelijk en projectmedewerker. www.vibe.be

Wij zoeken naar: Zelfstandige professionals met kennis van de distributie van cosmetische producten (in winkels en instituten). Particulieren die kwaliteitsvolle producten willen verkopen in hun kennissenkring. Producten: breed gamma aan bio-cosmetica en apparaten voor instituten. Zeer interessante commissie. Grote ondersteuning, waaronder een opleiding door het bedrijf, wordt voorzien. Interesse? Neem dan contact op met: joseph.duplicy@skynet.be

Word jij waterconsulent? Ben je een bewust persoon op zoek naar een nieuwe uitdaging en verdienste? Of past zuiver en vitaal water perfect in je praktijk of bij je huidige activiteiten? Neem dan gauw contact op met ons! www.haa2ooh.be

Vertegenwoordigers gezocht voor Ginseng Deluxe Koffie op zelfstandige basis. Meer info: 0495 189 581.

Bloesemremedies

Yarrow

bloesemremediesyarrow@telenet.be
www.bloesemremedies.biz

Ontdek onze eigen bloesemremedies !

Bloesemremedies
Adler Pharma Dr. Schüssler Celzouten
Primavera Life etherische oliën
Edelstenen en sieraden
Boedha's
Boeken en wenskaarten
Engeltjes en elfjes
Leuke cadeau-ideetjes

Sinds kort zijn onze zelfgemaakte bloesem remedies op de markt.. We willen ze graag aan u voorstellen. Onze remedies zijn van een zeer hoogwaardige en zuivere kwaliteit en ze zijn geschikt voor de tijd waarin we nu leven. Ze werken op gemoedsgesteldheden of emoties die uit balans zijn geraakt. Zo zal bijvoorbeeld een voortdurende angst de levenskracht en vitaliteit van de persoon aantasten. Onze remedies zijn katalysators die ons helpen met het verkrijgen van inzicht in ons bewustzijn. Zo is angst geen angst, maar wel een gebrek aan moed. Onze remedies duwen de angst niet weg, maar wijzen ons de weg en geven het inzicht hoe men zijn/haar moed weer kan ontwikkelen. Nadat men het onevenwicht van de geest weer in balans heeft gebracht, kan het lichaam zichzelf weer op een natuurlijke wijze herstellen. Ook voor andere bloesem remediesystemen of celzouten kan u bij ons terecht. Wij zullen u graag met professioneel advies en uitleg bijstaan.

Cursusdata:

Cursus bloesemremedies najaar 2010-2011
23 oktober, 20 november,
4 december 2010,
22 januari, 5 februari,
19 februari, 19 maart, 9 april,
7 mei en 28 mei 2011

Celzoutencursus
De vijfde basiscursus celzouten van Dr. Schüssler vindt plaats op woensdag 3 november 2010 en woensdag 17 november 2010, van 10.00 uur tot 17.00 uur.

Cursussen over bloesem- en edelsteenremedies, celzouten, etherische oliën en engelen
Startdatum oktober en maart, met diploma.

Makkelijk bereikbaar, kort bij het station, stadsbus om de 10 min, stopt voor de winkel
Winkel open van dinsdag tot zaterdag van 11uur tot 18 uur, maandag gesloten
Winkel | Thonissenlaan 86 | BE-3500 Hasselt | T- F 011 72 58 58

Onderwerpen Agenda plus volgende nummers (onder voorbehoud)

Juli-Augustus: Mens & media. Herbronnen. Açai-bessen. Interview: Joke Mens.
Later: Geld. Neuro-linguïstisch programmeren. Naturopathie. Astrologie: magie of fantasie? Geluk. Shiatsu. Natuurlijk/ecologisch verwarmen. Enneagrammen en kernkwaliteiten.

De volgende AGENDA Plus verschijnt op 25/6 en ligt ten laatste op 2/7 in alle verdeelpunten.

Je vindt ons op meer dan 1200 plaatsen in Vlaanderen en Brussel!

Zoek op postcode via www.agendaplus.be/verdeelpunten

→ **13 miljoen hectare bos verdwijnt jaarlijks wereldwijd.**
20% van de CO_2-uitstoot is te wijten aan ontbossing en speelt een belangrijke rol in de klimaatverandering.

SAMEN KUNNEN WE DE TOEKOMST VAN ONZE BOSSEN GARANDEREN!

PEFC™
PEFC/07-01-01

UITERAARD KENT U DIT LOGO ?!

PEFC* is een **label** dat u vindt op producten in **hout** of op **papier**. Dit label garandeert dat het hout afkomstig is uit **duurzaam beheerde bossen** en sluit elke herkomst uit illegale houtkap uit.

De grote principes van het PEFC-systeem

Het PEFC-bosbeheer is een beheer dat milieuvriendelijk, sociaal gunstig en economisch leefbaar is.

- **Milieu** : bescherming van fauna en flora, water, bodem,...
- **Sociaal** : respect voor de rechten van de werknemers,...
- **Economie** : ecologische houtkolom, creëren van lokale werkgelegenheid,...

PEFC is wereldwijd vertegenwoordigd

Wist u dat bijna 40% van de Belgische bossen beheerd wordt volgens de PEFC-principes ? Dat komt overeen met ongeveer 300.000 hectares. In ons land verhandelen meer dan 200 bedrijven PEFC-gelabelde producten. Naast België is PEFC gekozen als bosbeheersysteem in 34 landen, goed voor meer dan 224 miljoen hectare.

Waar kan ik PEFC-producten vinden ?

U vindt het PEFC-logo op een uitgebreid gamma producten zoals papier, meubels, panelen, agenda's,...

De PEFC-gelabelde producten zijn beschikbaar in de distributie, de doe-het-zelf-zaken en bij de gespecialiseerde hout- of papierhandel.

PEFC, onze planeet en ik ?

Door PEFC-producten te kopen, handelt u als een verantwoordelijke consument die actief zijn steentje bijdraagt aan duurzaam bosbeheer.

Bouwen ? Inrichten ? Printen?

Kies voor producten die het PEFC-logo dragen om de toekomst van onze bossen te beschermen!

* PEFC is het letterwoord voor het Engelse *Programme for the Endorsement of Forest Certification Schemes* (Programma voor de Erkenning van Boscertificatieschema's). PEFC is een niet-gouvernementele organisatie.

Bach®
Original
Bach Flowers

Breng je emoties in een natuurlijke balans met de originele Bach® Flower Remedies

Sinds 70 jaar gebruikt in meer dan 66 landen

Wanneer lichaam, ziel en geest in perfecte harmonie zijn, dan voel je je gezond. Dat ontdekte Edward Bach, een Engelse dokter gespecialiseerd in homeopathie, bacteriologie en immunologie. Zijn hele leven zocht hij naar natuurlijke remedies tegen negatieve emoties die aan de basis liggen van psychische en fysieke klachten en problemen. Daartoe ontwikkelde hij de 38 Bach Flower Remedies. Die kunnen puur of gemengd worden aangewend (max. 7 bloesems tegelijkertijd). Ze helpen de negatieve emoties te bestrijden en zo ons natuurlijk evenwicht terug te vinden. Naast deze 38 specifieke bloesemremedies ontwikkelde dokter Bach ook een soort algemene Eerste Hulpremedie bij plotse noodsituaties: Rescue®. Rescue is samengesteld uit vijf krachtige bloemenremedies : Rock Rose (Zonneroosje), Impatiens (Reuzenbalsemien), Clematis (Bosrank), Star of Bethlehem (Vogelmelk) en Cherry Plum (Kerspruim). Rescue bestaat in spray, druppels, pastilles (alcoholvrij) en crème.

Uw garantie

Veel ondernemingen produceren bloemenremedies en verwijzen daarbij naar dokter Bach. Uitsluitend de flesjes die de handtekening van dokter Bach dragen, zijn samengesteld op basis van de originele tincturen van het Dr. Bach Centre op Mount Vernon in Engeland. Daarbij wordt streng gewaakt over de kwaliteit en naleving van de voorschriften van dokter Bach. De 38 originele Bach Flower Remedies en Rescue zijn verkrijgbaar bij de apotheker en de betere natuurwinkel. Vraag ernaar en laat u adviseren!

Voor meer informatie en gecertificeerde opleidingen

De Walnoot vzw
Vlaams Advies- en Opleidingscentrum
Hanendreef 135, B-2930 Brasschaar.
Tel: 03/653.47.53
E-mail: walnoot@bachbloemenremedies.be
Website: www.bachbloemenremedies.be

www.bachrescue.be

Wereldwijd worden onder toezicht van de Dr Edward Bach-Foundation officieel gecertificeerde opleidingen verzorgd. Na deelname aan niveau 1 en 2 en na afronding van de consulenten-opleiding niveau 3 kunt u worden ingeschreven in het Internationale Register Van de Dr Edward Bach Foundation en werkt u volgens de gedragscode van het Dr. Bach Centre, die door Dr Edward Bach zelf opgericht is. Wederom een garantie voor echtheid, kwaliteit en professionaliteit. Voor meer informatie **www.bachbloemenremedies.be**