nr. 16 • juli - augustus 2010
Maandblad • Verschijnt niet in januari en augustus

gratis

Agenda plus

www.agendaplus.be

Weldoen, weldenken, welzijn!

MENS
en media

+ Açaíbessen
+ Herbronnen
+ Healing

Verantwoordelijke uitgever: Yves Nevelsteen - Waalteruggestraat 156A - 9000 Gent - Afdelingskantoor Brussel X P901078

AGENDA Plus ligt gratis in de natuurwinkel
en op tal van andere plaatsen in je buurt!
www.agendaplus.be/verdeelpunten

HERBATINT®

Haarkleuring met plantenextracten

- ZONDER ammoniak
- ZONDER resorcine
- ZONDER parabenen
- MET Aloë Vera

DE ORIGINELE
ITALIAANSE

Gefabriceerd in Italië door
"Antica Erboristeria"

DEKT DE GRIJZE HAREN 100%

BEL GRATIS VOOR
INFORMATIE EN VERKOOPPUNTEN
van maandag tot vrijdag van 9u - 13u

0800-13969

info@phytal-crea.be - www.phytal-crea.be

Phytal crea

©HEADLINE.eu

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
distributie@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, 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: © Valerij Dedkov - Fotolia.com

100% Gerecycleerd papier

«Blue Angel» Eural Pro

Mens en media

Mens en media

Ik streef met mijn team naar een open en eerlijke communicatie. Het is belangrijk dat we onszelf, onze werkwijze en onze opvattingen regelmatig onder de loep nemen. Meteen één van de redenen waarom we ditmaal een dossierartikel brengen over mens en media.

In de rubriek 'Natuurlijke voeding' nemen we je mee naar het regenwoud van Zuid-Amerika, waar de açaíbessen weelderig groeien. Een ontmoeting met een klein besje dat een reusachtig potentieel in zich draagt.

Een reusachtig potentieel… dat ook in elk van ons schuilt. Alleen kunnen de meesten onder ons dit nauwelijks geloven. Toch bestaan er manieren om opnieuw contact te maken met de bron die ons verbindt met al wat is. Door te herbronnen, kan je de wereld veranderen.

Is er dan meer tussen hemel en aarde? Klopt de theorie van de kwantumfysica dan toch? Kan je werkelijk je zelfhelende vermogen herstellen door je open te stellen voor de verbinding met je ziel? Onze redactrice sprak hierover met Joke Mens van Kira's Healing, die mensen helpt om die helende verbinding te maken.

Ik wens je veel leesgenot en mooie zomerdagen. Tot binnenkort!

Yves Nevelsteen

nr 16

voorwoord 3
andere kijk 5
dossierartikel: Mens en media 6
meditatie: 15
avant-premières 16
natuurlijke voeding: Açaí 19
beter leven: Verander de wereld - herbron 27
handleiding activiteiten 31
positieve actualiteit 32
interview: Healing - opnieuw in je kracht 35
agenda 'van dag tot dag' 41
activiteitenagenda 45
lezen 59
zoekertjes 60

ROSANJA
BVBA

THERAPIE
RELATIETHERAPIE
COACHING
CRANIO-SACRAAL THERAPIE
ENERGIEWERK - HEALING
GEZONDHEIDSTHERAPIE
PSYCHOTHERAPIE
GESTALTTHERAPIE
OPSTELLINGEN
CREATIEVE THERAPIE
MUZIEKTHERAPIE

YOGA
IYENGAR YOGA
ZWANGERSCHAPSYOGA
MEDITATIEVE YOGA
HERSTEL & ONTSPAN YOGA
HATHA YOGA
POSTNATALE YOGA
DANSMEDITATIE

OPLEIDINGEN
CRANIO-SACRAAL OPLEIDING
KOORDWERK

9050 Gentbrugge

www.rosanja.be

De echte ginsengkoffie

Met suiker

Zonder suiker

Biologisch

De ginsengkoffie van GMB, de eerste van zijn soort, is een speciaal mengsel van fijn instant-poeder van biologisch geteelde Arabica-koffiebonen en exclusieve ginsengextracten van biologisch geteelde rode ginsengwortels.

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.

GMB ginsengkoffie is verkrijgbaar in natuurvoedingswinkels.

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

'Met een krant kun je zowel een minister als een vlieg doodslaan.'
[Herman De Croo]

Belgische ecobarometer

De eco-markt in België staat heel dicht bij kantelmoment: liefst 40% van de Belgen verklaart milieuoverwegingen frequent mee te nemen in hun aankoopgedrag. 1,8 miljoen Belgische huishoudens houden effectief rekening met het milieu (bijna) elke keer dat ze iets kopen. En alles wijst erop dat die groep snel zal uitbreiden. Want bijna 80% stelt zich zelf (mee) verantwoordelijk voor het milieu. Dat blijkt uit de resultaten van de eerste Belgische eco-barometer. De eco-barometer geeft aan dat groen een topprioriteit is geworden bij consumenten. Liefst 95% van de bevolking vindt dat zij zelf, bedrijven en overheid milieuoverwegingen bovenaan de agenda moeten zetten en houden. De meerderheid van die consumenten verklaart vandaag al milieuvriendelijke maatregelen te nemen in hun dagelijkse gedrag. De consument is goed op de hoogte van de klimaatsopwarming en vooral, hij past zijn gedrag aan: 93% sorteert afval, 73% zet de verwarming 1°C lager, 71% heeft en andere rijstijl aangenomen, 65% selecteert apparaten op hun energie-score, 60% koopt seizoens- en streekproducten. 79% van de Belgen voelt zich mee verantwoordelijk en bijna evenveel gelooft dat hun acties impact hebben. Ze verwachten daarbij ook inspanningen van bedrijven en overheid. [Bron: C-Change]

© Beboy - Fotolia.com

Onderzoeksbureau... dat niet bleek te bestaan!

Een onderzoeksbureau dat gedurende een jaar resultaten van allerhande onwaarschijnlijke onderzoeken de wereld instuurde via de media, blijkt een creatie van productiehuis Woestijnvis. Het bewuste onderzoeksbureau, Data Driven, verstuurde de afgelopen kiescampagne nog een hele reeks persberichten. Zo bleek dat Open VLD'ers het vaakst seks hebben, de Vlaming gemiddeld 27 seconden in het stemhokje doorbrengt en bijzitters 17.000 liter koffie drinken. De meeste media namen de berichtgeving van dit bureau voor waar aan, zonder na te gaan of er ook maar iets van klopt!
[Bron: Belga]

Europese Unie verbiedt invoer illegaal gekapt hout

De Europese Unie zal de invoer van illegaal gekapt hout voortaan verbieden. Dat is het Europees parlement op 16 juni overeengekomen met de regeringen van de verschillende lidstaten. Die laatsten hadden aanvankelijk een minder verregaand voorstel op tafel gelegd, maar via onderhandelingen konden de Europarlementsleden alsnog een volledig verbod binnenhalen. Milieuorganisaties WWF en Greenpeace reageren tevreden. Deze maatregelen zullen er volgens de organisaties toe bijdragen dat bedrijven die enkel legaal hout willen importeren niet langer nadeel ondervinden, en dat het tropisch regenwoud beter beschermd kan worden.[Bron: WWF]

Bescherming milieu goedkoper dan vernieling ervan

Het milieu beschermen is niet alleen nodig vanuit ecologisch oogpunt, het is ook goedkoper dan het te vernielen. Het verlies van planten- en diersoorten kost de mensheid jaarlijks namelijk tussen de 1.000 en de 3.000 miljard euro, blijkt uit een onderzoek van het milieu-agentschap van de VN. Door de verdwijning van soorten gaan toerisme, landbouw en visserij achteruit. Ook het kappen van bossen heeft een te hoge prijs: bossen zuiveren de lucht, produceren zuurstof, houden koolstof vast en regelen de waterhuishouding. Ze bevoorraden meer dan een miljard mensen met eten en geneeskrachtige planten. [Bron: Het Laatste Nieuws]

© Creatieve Commons: commons.wikimedia.org/wiki/File:Hopetoun_falls.jpg

© Valerij Dedkov - Fotolia.com

De media hebben een enorme impact op onze levens. Ze zijn bron van informatie en entertainment, bieden ons een venster op de wereld en houden ons tegelijk een spiegel voor. Maar is het venster steeds even helder en de spiegel altijd even waarheidsgetrouw? En zijn we ons bewust van de mechanismen die meespelen achter de schermen?

De media zijn zo alomtegenwoordig en zo diepgaand in onze levens vervlochten dat we ons nauwelijks nog kunnen voorstellen dat het ooit anders was. Toch zijn de massamedia zoals we die vandaag kennen een relatief jong fenomeen. Een eeuw geleden waren ouders, leerkrachten, familieleden en vriendjes de voornaamste invloeden in het leven van een kind. Ondertussen zijn daar geschreven pers, radio, televisie en een waaier aan digitale media bijgekomen. Waar we vroeger voornamelijk vanuit één klein hoekje naar één klein deeltje van de wereld keken, hebben we nu theoretisch gezien een quasi continu panoramisch zicht op de gehele planeet. Een behoorlijk indrukwekkende evolutie die ons wereldbeeld grondig heeft hertekend en een waaier aan mogelijkheden met zich heeft meegebracht. Mogelijkheden die we gretig benutten.

Voor heel wat mensen begint de dag met het nieuws op de wekkerradio, waarna de (al dan niet digitale) kranten, updates via mail en nieuwsflashes via de mobiele telefoon de informatiestroom verder garanderen, om de dag te besluiten met een zelf samengesteld avondvullend tv-programma. Wie de actualiteit volgt, voelt zich verbonden met de wereld, en televisie is voor veel mensen een van de belangrijkste pilaren in hun conversatie met anderen. Wie weet wat er gaande is, kan meepraten.

Maar wie regisseert de informatiestroom? Wie bepaalt wat we te zien, te horen en te lezen krijgen, waar wordt ingezoomd en waar niet? Wie maakt uit welke stemmen aan het woord komen en welke niet, en niet alleen 'of', maar ook 'hoe' bepaalde informatie ons bereikt? En vooral… welke belangen spelen er mee bij dat beslissingsproces?

Enter: het mediabedrijf

De tijd waarin de eerste kranten louter politieke berichtgeving brachten voor een kleine geschoolde elitegroep, ligt ver achter ons. Vandaag is de media afgestemd op de massa. Rijk en arm, groot en klein: iedereen leest, luistert en kijkt. Het aanbod is dan ook enorm: duizenden radio- en televisiezenders, rekken vol tijdschriften en kranten, miljoenen websites en een heel leger aan mobiele digitale snufjes zorgen ervoor dat we nooit meer iets hoeven te missen. Er is bovendien voor elk wat wils. Op maat. Steeds meer wordt tegemoet gekomen aan de wensen van specifieke doelgroepen en krijgen we via thema- en doelgroepenkanalen informatie aangereikt die is afgestemd op ons profiel. De wetten van de mediamarketing spelen een belangrijke rol in die evolutie: hoe duidelijker de doelgroep en het bijhorende consumptiepatroon, hoe efficiënter en gerichter men reclame kan voeren.

Want – laten we er geen doekjes om winden – sinds de intrede van de commerciële televisie in de jaren tachtig, waarbij in de media ook ruimte kwam voor marketing, verschillen commerciële mediabedrijven fundamenteel niet meer van andere bedrijven: ze willen winst maken. Winst die ze maken via adverteerders, want massamedia zijn hét gedroomde instrument om producten aan te prijzen bij een groot publiek. De publiciteit, die zich vertaalt in zendtijd en bladruimte, heeft natuurlijk een prijs naargelang de reikwijdte van het medium, waardoor een mediabedrijf er alle belang bij heeft om zoveel mogelijk mensen te bereiken.

Op zich is daar natuurlijk helemaal niets mis mee. Maar als de commercialisering van de media de kwaliteit en onafhankelijkheid van de verslaggeving in het gedrang brengt, en als winstbejag en kijkcijfers primeren op de genuanceerdheid, integriteit en correctheid van de berichtgeving, gaat het schoentje natuurlijk wel wringen.

De kijkcijferkoning

"Vanuit zakelijk perspectief moeten we realistisch zijn: fundamenteel bestaat de taak van TF1 erin om, bijvoorbeeld, Coca-Cola te helpen zijn product te verkopen.... Om een publicitaire boodschap te laten doordringen moet het brein van de kijker daarvoor openstaan. Onze uitzendingen hebben tot doel om het brein beschikbaar te maken, dus om de kijker te vermaken en te ontspannen tussen twee (reclame)boodschappen in. Wat wij aan Coca-Cola verkopen, is tijd waarin het menselijke brein beschikbaar is." Zo vatte Patrick Le Lay, voormalig algemeen directeur van de Franse commerciële zender TF1, het doel van een commerciële tv-zender eens samen.

De kijker wordt dus vermaakt. Met programma's die liefst zo weinig mogelijk kosten en zo hoog mogelijk scoren qua kijkcijfers. Dat resulteert in minder tekst,

Droom jij van een
adembenemende
website ?
Wil je iets delen met de wereld
en zoek je de juiste uitstraling
om jouw werk te presenteren?
www.droomwever.net

Souldance vzw
centrum voor persoonlijke groei & gezondheid
opleidingen - workshops - groepspraktijk
overheulestraat 237 moorsele | 056/444796 | info@souldance.be
lu jong
tibetaanse yoga
www.souldance.be

ECOLOGISCHE MATERIALEN
VOOR DE DECORATIE- EN INTERIEURBOUW
www.spatiobiodeco.be
sPatio
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.

informatie en duiding aan de ene kant, tegenover meer beelden, entertainment en oneliners aan de andere. De te communiceren informatie wordt bij voorkeur in formats gegoten die hun winstgevende strepen reeds hebben verdiend en zelfs het journaal wordt tegenwoordig vaak in een infotainment-jasje gestopt. De trukendoos wordt steeds verder opengetrokken, want we krijgen zoveel informatie over ons heen, dat gewenning snel optreedt. Om alsnog onze aandacht te trekken, worden sentimentele beelden, flitsende citaten, uitvergrote conflicten en emoties ingezet. Bij voorkeur hapklaar, sensationeel en met een knipoog. Alles om de kijker ervan te weerhouden weg te zappen.

Regisseurs van de werkelijkheid

Media weerspiegelen niet alleen de realiteit, ze geven haar ook steeds meer vorm. Visibiliteit is een maatstaf voor succes geworden, een evenement lijkt pas echt geslaagd als het de pers haalt en ook de politiek ontkomt al lang niet meer aan de druk van de mediawetten. Niet zozeer dossierkennis hebben, dan wel mediageniek zijn lijkt de voornaamste eigenschap van een politicus te zijn geworden, wil hij de stem van de kijker veroveren.

Ook op onze identiteitsvorming heeft de media een niet te miskennen invloed doordat ons een – niet zelden schaamteloos vertekend – beeld van de werkelijkheid wordt voorgehouden. Photoshoptechnieken en realityshows die ons graag doen geloven dat ze een weergave van de realiteit presenteren, maar haar eigenlijk in zeer hoge mate regisseren, zorgen ervoor dat het onderscheid tussen werkelijkheid en fictie steeds vager wordt. We weten ergens wel dat we bedot worden, maar ondertussen doen de beelden mooi hun werk. Een zekere mediageletterdheid is dus niet overbodig voor wie zich weerbaar wil opstellen tegenover de mediamanipulatie, in plaats van er de marionet van te worden.

Het digitale wilde westen

Voor diepgaand journalistiek graafwerk rond actuele thema's is overigens nog bijzonder weinig ruimte. Door de intrede van de moderne media is de druk op de klassieke perskanalen alleen maar groter geworden. Blogs en podcasts veroveren de publieke ruimte, online verslaggeving neemt in een razende vaart toe, en de digitalisering van het (multi)medialandschap heeft ervoor gezorgd dat we vandaag over een gigantische massa aan ruwe informatie beschikken die in fracties van seconden de wereld rond gaat. Iedereen kan op het wereldwijde web zijn ei kwijt en de vrijheid van meningsuiting op het internet is een haast onaantastbaar goed geworden.

© julien tromeur - Fotolia.com - Montage O.D.

Op zich een prachtige evolutie. Afstanden en grenzen zijn meer dan ooit van de kaart geveegd en we hebben toegang gekregen tot een onbegrensd kennisbestand en een gigantische hoeveelheid vensters op de wereld. Er worden prachtige zaken verspreid die ons aan het denken kun-

Terry Oldfield & Soraya

van 29 september tot 3 oktober 2010

Merlyn - "Hof ten Dale" - Erpe-Mere

= nieuwe locatie van Merlyn vanaf 16 sept 2010

info & reservatie: 02/452 88 04

info@merlyn.be - www.merlyn.be

Duurzaamheid is meer dan recyclage papier!

DUURZAAM LEIDERSCHAP

info & gratis avondsessies: bouwjemee.be

Spirituele intelligentie. Innerlijk leiderschap. Passie. Visie. Sociocratie. Organisatietalent. Innovatie.

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

JEZELF, OPVOEDING, ONDERWIJS,..,ANDERS BEKEKEN

Info : Eva Storm 0475 24 24 12 of bekijk de kalender op de website.

Een reactie : "Eindelijk een cursus die niet alleen spiritueel zeer inspirerend is, maar ook met de voeten op de grond."

cursussen
opleidingen
coachingsessies

www.Lazuli-Coaching.com

nen zetten, ons wakker kunnen maken en onze wereld kunnen verruimen. Hoe meer puzzelstukjes we krijgen aangereikt, hoe completer onze puzzel kan worden en hoe meer mogelijkheden we krijgen om als wakkere, bewuste en geïnformeerde mensen door het leven te gaan. Anderzijds valt het niet te ontkennen dat het in deze verregaand gedigitaliseerde wereld beslist geen overbodige luxe is om een kritische bril op zak te hebben wanneer men zich in de mediajungle begeeft. Het 'digitale wilde westen' waarin iedereen lukraak meningen, informatie en beelden in het rond kan schieten, heeft vanzelfsprekend immers ook zijn keerzijde.

Op mediadieet

Op de hoogte zijn van wat er om je heen gebeurt is één ding, je dag laten beheersen door actualiteiten ten koste van je innerlijke rust en van wat er in werkelijkheid om je heen gebeurt, is een andere zaak. Steeds meer mensen raken langzaam maar zeker 'mediaverzadigd'. Door de grote toevloed aan informatie zien ze door de bomen het bos niet meer en raken ze het op een gegeven moment zo beu dat ze er – letterlijk en figuurlijk – de mediastekker uittrekken. Het zogenaamde 'mediadieet' heeft zijn intrede gedaan. Voor velen is het een hele opluchting om in te zien dat ze echt niet alles hoeven te weten wat als nieuws wordt verkocht en dat ze echt niet overal van op de hoogte moeten zijn om een gelukkig mens te zijn en een zinvol leven te leiden. Anderen pakken het minder drastisch aan en installeren voor zichzelf een soort spamfilter die hen erbij helpt het nieuws selectief tot zich te nemen.

© D.R.

Onder invloed

Het is de taak van de media om het publiek te informeren en het de kans te geven om zelf over die informatie na te denken. Daarnaast heeft de pers de functie om als een soort van publieke waakhond de drie klassieke machten (wetgevend, uitvoerend en rechterlijk) kritisch te volgen. Om dat mogelijk te maken heeft ze grote vrijheden en rechten gekregen. Maar nemen de media het nog wel zo nauw met die functies? Staan de kwaliteit en het maatschappelijk belang van de in de ether gebrachte informatie nog steeds voorop, of hebben kijkcijfers en oplagen het tegenwoordig voor het zeggen?
Natuurlijk is dit geen of-of kwestie. Net zoals er in de mediawereld spelers aanwezig zijn die in de klauwen van het marketingbeleid verstrikt zitten, zijn er uiteraard media die wel integer te werk gaan en zullen er altijd journalisten zijn die zich – al dan niet collectief – blijven inzetten voor een zo integer en volledig mogelijke berichtgeving. De ene journalist is de andere niet, het ene medium is het andere niet. En gelukkig nemen we lang niet alles aan voor zoete koek. Het is vooral belangrijk dat we ons ervan bewust zijn en blijven dat allerlei belanghebbenden de beeldvorming naar hun hand kunnen zetten en dat we wakker zijn als mediaconsument. Dat we niet naïef zomaar slikken wat ons wordt aangereikt, maar er kritisch en bewust mee leren omspringen. Dat we datgene wat ons wordt aangereikt automatisch toetsen aan een ruimer kader en aan ons eigen gezonde verstand. En… dat we onze jongeren leren om hetzelfde te doen, want hun dagelijkse portie 'schermtijd' is behoorlijk indrukwekkend te noemen.

Mediawijs

Uit een Gents onderzoek bij 1700 jonge-

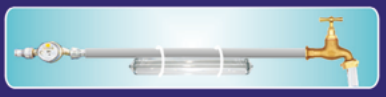
de Katalysator

Gebaseerd op het P.I.E-systeem®

Ataraxya système P.I.E®

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

Ataraxya système P.I.E®

ECODOUCHE

Geniet terug van water

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

www.uni-vers.net

univers 02/344.08.58 Ataraxya système P.I.E®

Bio Koffie & Ginseng

Santé

Weten wat je drinkt
is belangrijk.

Santé!

Op je gezondheid!

Voor meer info
santekoffie@hotmail.be

ren tussen 12 en 19 jaar blijkt dat ze op een doordeweekse dag zo'n 2,5 uur tv kijken, anderhalf uur gamen en zo'n 2,5 uur het internet gebruiken. Vaak gebeurt dat zonder enige vorm van toezicht. Steeds meer stemmen gaan dan ook op voor een pro-actieve begeleiding van kinderen en jongeren om hen verantwoord te leren omgaan met de media. Hen te leren inzien dat iets niet per se waar is omdat het door een veelheid aan media herhaald wordt of omdat het op wikipedia staat. Hen het systeem te leren doorzien en mediaboodschappen te leren decoderen en analyseren. Hen vragen leren stellen als 'Wie schotelt me dit voor en waarom', 'Wat heeft men erbij te winnen als ik dit voor waarheid aanneem?', 'Wat is de betrouwbaarheid van dit bericht?' en 'Wat zegt mijn gezond verstand?' Vandaag is het aanleren van dit mediabewustzijn nog maar in zeer beperkte mate in de curricula van het onderwijs doorgedrongen, maar her en der wordt ervoor gepleit om een vak als mediageletterdheid in het schoolsysteem op te nemen.

© Tetiana Akrytova - Fotolia.com

De media hebben de macht om de massa in beweging te brengen. Ze informeren en beroeren, ze roepen emoties op en zetten dingen in beweging. Met die macht gaat een grote verantwoordelijkheid gepaard. In deze tijden van 'mediacrisis' waarin bezuinigingen en dus ook keuzes zich opdringen, kan het voor de media dan ook een uitgelezen moment zijn voor een gewetensvol zelfonderzoek over de invloed die zij (willen) uitoefenen op de samenleving. Maar het mes snijdt uiteraard aan twee kanten: ook de mediaconsument heeft zijn aandeel en moet zich realiseren dat een grotere vrijheid hand in hand gaat met een grotere verantwoordelijkheid. Correcte informatie verkrijgen vraagt om een bewuste inspanning. Uiteindelijk kiest ieder van ons zelf welke media hij consumeert en met welke stukjes hij zijn eigen puzzel vormt.

Lien Van Laere

Bronnen en lectuur

'Media en journalistiek in Vlaanderen – kritisch doorgelicht', Johan Sanctorum en Frank Thevissen, ISBN 978 90 5167 957 1

'Verborgen verleiders – Hoe de media je sturen', Jaap Van Ginneken, ISBN 90 5352 638 2

'Een haar in de ether? – over bewust omgaan met de media', Yves Beaurain, ISBN 90 809 7352 1

'Les médias en question', artikel verschenen in Franstalige AGENDA Plus nr. 192

'Mediamores – over digitale cultuur, bloggende burgers en journalistieke ethiek', Henk Blanken, ISBN 978 90 450 1172

'Handelaars in nieuws – Media en wereldgebeuren', Freddy De Pauw, ISBN 90 5826 355 X

'Media zijn te belangrijk om over te laten aan de markt alleen', Gie Goris, artikel verschenen op www.mo.be en www.mediakritiek.be, feb. 2010

We hebben er met zijn allen lang moeten op wachten, maar daar is ze eindelijk weer, die tintelende lente-zon die alles nieuw maakt. Hele tuinen zet ze in bloei. Ze doet de vogels in de hagen nesten bouwen en jonge verliefden bezorgt ze keer op keer vlinders in de buik. Als prélude op een milde zomer brengt de lente ook bij de volwassen generatie iets te weeg. Zowel mannen als vrouwen gaan juist nu op zoek naar de ware. Anderen die zijn uitgekeken op elkaar, ruimen liefst nu het wrakhout op, dat van hun huwelijk overbleef.

Zomertijd, meer dan ooit… Soulmate-tijd!

Personal Shopper steekt je graag een handje toe

Relatiedeskundige Kathleen Callewaert garandeert een professionele aanpak. Vertrouwelijkheid en discretie is het handelsmerk van Soulmate, het bureau met de andere aanpak dat bij velen een klik voor het leven veroorzaakte! "Daar getuigen de vele brieven van. Je hoeft niet rich and fabulous te zijn om bij Soulmate aan te kloppen. Je moet alleen maar de eerste stap willen zetten. De rest doen wijzelf, al komt ook de hulp van Cupido, ons wel eens goed van pas."

Personal Shopper

Naast het opzetten van de perfecte matches in de hoop dat het bingo wordt, treedt ze ook graag op met een totaalpakket als personal shopper. Denk maar aan het samenstellen van de juiste, betaalbare outfit, voor bijzondere gelegenheden. Of die nu feestelijk, zakelijk of casual moet zijn, voor elke gelegenheid treedt ze op als jouw perfecte assistente. Ze helpt je mee de garderobe kiezen die het best bij je past. Naast een individuele begeleiding bij restylen is ook een workshop bij je thuis mogelijk. Op voorwaarde dat minstens vier personen – mannen of vrouwen – op zoek zijn naar een stijlvolle look of nieuw imago. Zo krijgen ze tips aangereikt om hun garderobe anders samen te stellen of leuker uit de hoek te komen, zonder aan persoonlijkheid te moeten inboeten. "De allereerste houding die je aanneemt en indruk die je daarbij maakt zijn veelal beslissend voor de rest van het verhaal! Of het nu om een sollicitatiegesprek gaat of om harten te veroveren!"

Een klant getuigd: "Zalig om alles te kunnen delen met iemand die écht is"

Aangezien ik reeds een aantal jaren gescheiden was en, na enkele kortstondige relaties waaruit telkens bleek dat we niet bij elkaar pasten wegens te verschillend van ideeën en opvattingen, heb ik toch eens contact opgenomen met Soulmate. Na een zeer aangenaam gesprek ben ik met een goed gevoel naar buiten gestapt en was ik hoopvol om nieuwe mensen te ontmoeten waarmee ik misschien wel grotendeels dezelfde ideeën, opvattingen, passies en hobby's kon delen. Enkele dagen daarna had ik reeds een gesprek met een lieve dame. Dit gesprek verliep aangenaam en rustig maar zonder de spreekwoordelijke vonk.
Al bij al was dit een aangename kennismaking en was ik meer en meer overtuigd dat dit wel eens de juiste manier zou zijn om iemand te ontmoeten daar ik duidelijk voelde dat ook de andere persoon wel degelijk met de juiste bedoelingen en intenties naar deze ontmoeting kwam. Ook al was deze eerste ontmoeting niet echt geslaagd, het was zeker voor herhaling vatbaar want het is altijd tof om interessante en boeiende mensen te leren kennen. Een korte evaluatie met Soulmate zorgde ervoor dat er hier en daar wat werd bijgestuurd. Kortelings daarna had ik terug een ontmoeting met een voor mij totaal onbekende dame. Vanaf de eerste seconde klikte het perfect tussen ons. Wat daarna volgde was echt een openbaring. Het is echt een zalig gevoel om iemand te kennen die echt om je geeft, iemand waarmee je alles kunt delen en die gewoon "echt" is. Geloof me, via Soulmate ben ik de vrouw van mijn leven tegengekomen en daar ben ik hen dankbaar voor.

K.B.

soulmate
relatiebemiddeling

Laagweide 7 • 8560 Gullegem (Kortrijk).
Ook kantoren in Brussel, Leuven en Limburg.
T 0494 29 30 87 • info@soulmate4life.be

www.soulmate4life.be

jezelf zijn

jezelf zijn

Geen wolk kan een zonnestraal stoppen
Geen wind dooft de zon uit
Zij kan alleen maar schijnen
En niets kan haar beletten
Zichzelf te zijn

Ik ben als de zon
Geen wolk kan m'n stralen stoppen
Geen wind dooft mij uit
Ik kan alleen maar schijnen
En niets kan mij beletten
Mijzelf te zijn

Gwendoline Remmerie

Mieke Michielsen

Engelendiamant®

Mieke is een pionier in Vlaanderen voor bewustzijnsgroei en healing met engelen en kristallen. Sinds 1992 werkt zij intensief als trainer in reiki en kristaltherapie en sinds 2001 als Master IET Angel Therapy waarvoor zij in 2007 een Award ontving als 'Worldwide Teacher of the Year'. In 2000 startte zij bezield vanuit Engelenvisioenen, boodschappen en dagdagelijkse ervaringen, een eigen uniek project: Engelendiamant®, als 12 stappen inwijdingsweg. Mieke is ook creatief met schilderkunst, poëzie en harpmuziek. Haar boek 'Kristallen Poort' brengt kristalpoëzie en engelenwijsheid. Verbonden met een wereldomvattend engagement geeft Mieke als trainer van de Oneness University de Oneness Awakening Course. Haar aanpak is zowel speels als doorleefd, gedragen door eenvoud en medemenselijk begrip.

In september starten nieuwe groepen de jaaropleiding Engelendiamant in Zoersel, Schoten en De Pinte. Info vind je op www.kristallenpoort.be en in de agenda bij 'Engelen en gidsen'.

Caroline Myss

Healing Beyond Reason

Oprah nodigde haar al diverse keren uit in haar show: Dr. Caroline Myss, auteur van vijf NY Times-bestsellers en internationaal geroemd expert op het gebied van menselijk bewustzijn, spiritualiteit en mystiek, gezondheid en de wetenschap van intuïtieve geneeskunde. Caroline staat bekend om haar feilloze diagnoses langs helderziende weg aan de hand van slechts een naam en leeftijd. In haar nieuwe boek, Defy Gravity (Genezen door Genade) deelt Caroline haar onderzoek naar genezing, wat aantoont dat echte genezing voorbij de kracht van de rede gaat en je over de drempel naar het domein van je ziel brengt. Na meer dan 10 jaar komt ze naar Nederland voor een lezing en een dagworkshop!

Op 10/9 geeft Caroline Myss de lezing Sacred Contracts over je missie in dit leven in het Nederlandse Maarssen (bij Utrecht). Meer info vind je op de website www.blizevents.com en in de agenda 'Van dag tot dag'.

Rik Vermuyten
Voedingsconsulent

Rik Vermuyten is reeds 35 jaar een internationaal gewaardeerd en veelgevraagd lesgever en consulent en doceert in 5 verschillende talen. Hij kreeg zijn opleiding van gevluchte meesters uit China, HongKong en Macao. Zijn kennis van traditionele, natuurlijke geneeswijzen omvat dan ook allerlei praktische wijsheid, van toepassing op alle aspecten van het dagelijks leven. Zijn conferenties en seminaries gaan over natuurlijke, gezonde manieren van leven, eten en denken. Een ander deel van zijn activiteit bestaat uit het geven van persoonlijk advies in de vorm van consultaties in verband met voeding en gezondheid.

Van 24 tot 30/7 geeft Rik Vermuyten de cursus Intensive: Oosterse psychologie in Berchem. Meer info vind je in de activiteitenagenda bij de rubriek 'Persoonlijke ontwikkeling'.

Bart Wils
Duurzaam leiderschap

Al snel nadat Bart Wils (1959) zijn studies Industrieel Ingenieur en Sociale Pedagogiek afrondde, bleek hij een geboren coach te zijn. Na enkele opleidingen in die richting werkt hij sinds meer dan 25 jaar met hart en ziel als coach en trainer. Zijn specialiteit is de toegepaste kennis van leiderschap, communicatie-vaardigheden, persoonlijkheidsmodellen, overlegstrategieën en zelfmanagement. Vele organisaties en bedrijven kijken met dankbaarheid terug op zijn bijdrage aan de duizenden mensen die door Bart geïnspireerd en begeleid werden. Bart heeft een groot hart voor zijn medemens, een groot hart voor de wereld en een groot hart voor de natuur. Hij is een man met gigantisch veel kennis en ervaring! 'Be prepared for the best!'

Op 14/7 en 24/8 houdt Bart Wils een avondsessie met geïntegreerde tips die het leiderschap over jezelf, jouw gezin of een groep mensen vlotter laat stromen. Meer info vind je in de agenda 'Van dag tot dag'.

De kracht van de natuur

Etiney Cosmetics

Invoerder Etiney Royal Acai
Wij zoeken verdelers
Christine Huybrechts
www.artemis-schoonheidsinstituut.be

100% nature
Biotona
Veel meer dan vruchtensap!
açai
100% PURE ORGANIC

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

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

© www.guarana.se

Açaí

natuurlijke energiebooster uit het regenwoud

Het Zuid-Amerikaanse regenwoud heeft een nieuw juweel prijsgegeven: de açaíbes, een energierijke bes die tot de meest voedzame vruchten ter wereld zou behoren en nu ook in diverse dranken en voedingssupplementen wordt verwerkt.

Vijftien tot dertig meter hoog zijn ze, de açaípalmen, ook gekend als de 'bomen van het leven'. Ze groeien al zo'n duizend jaar in de regenwouden van Brazilië, en hun takken zijn beladen met dikke trossen açaíbessen. Reeds eeuwen lang worden deze energierijke paarse vruchten dankbaar gebruikt door de Indianen en de Boslandcreolen, de nomadische bewoners van het Amazonegebied en het regenwoud. Ze eten de bessen om hun uithoudingsvermogen te verbeteren, om sterk en gezond te blijven en om weer op krachten te komen na een bevalling.

Rage bij aanhangers van superfood

De Amerikaanse voedselorganisatie USDA schreef ondermeer het volgende over de bes: "Met meer dan 2000 verschillende soorten vruchten en planten die een geneeskrachtige werking hebben, biedt het regenwoud de mensheid veel natuurlijke bescherming. De açaíbes is een ongelooflijke vrucht die hier is ontdekt. Sinds meer dan 1000 jaar wordt ze gegeten door de Indianen uit het regenwoud en na al die jaren is de wetenschap er nu achter gekomen dat de açaíbes meer antioxidanten (1) bevat dan enig ander fruit op deze aardbol, en dat ze het gezondste product is dat ooit werd gevonden op deze planeet. Dit juweel uit het regenwoud is de Koning onder alle fruit." Genoeg lof om voor een nieuwe rage te zorgen in de VS. Het onderzoek naar de eigenschappen van de vrucht is nog niet afgerond, maar de eerste resultaten zijn veelbelovend en ondertussen verovert de paarse bes, die haar reputatie vooral te danken heeft aan haar hoge ORAC-waarde (2), ook Europa.

Bijzondere bes

Açaíbessen zijn erg kwetsbare vruchten die qua vorm en smaak vooral op onze bosbes lijken, maar een bijzondere nasmaak hebben die nog het meest aan pure chocolade doet denken. Wanneer de bessen geplukt worden, bederven ze snel. Daarom worden ze binnen een tijdspanne van 24 uur na het plukken verwerkt.

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

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).

een initiatief van TIMOTHEUS vzw
vormings- en onderzoekscentrum voor intuïtie

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

NIEUW

CURSUSSEN EN
WORKSHOPS
VOOR LICHAAM
EN GEEST

TAI CHI
REIKI
MEDITATIE
EN MEER

Centrum Yalu

LAND VAN WAASLAAN 101
9040 GENT - ST-AMANDSBERG

www.Yalu.be

Na de oogst in de Braziliaanse regenwouden wordt het fruit nog dezelfde dag verscheept en onmiddellijk verpakt om het behoud van alle natuurlijke bestanddelen zo goed mogelijk te garanderen. Buiten Brazilië is de açaíbes niet in zijn geheel te koop. Je zal de kleine vrucht dan ook niet terugvinden in de buurtsupermarkt. De bessen zijn bij ons alleen verkrijgbaar onder de vorm van pulp of poeder, dat uit de stevige schil wordt gehaald en wordt verwerkt in diverse dranken en voedingssupplementen. Deze kunnen worden toegevoegd aan yoghurt, smoothies, shakes en dressings.

Geneeskrachtige powerfood

Studies lijken erop te wijzen dat de kleine bes met haar uitzonderlijke eigenschappen tot het meest voedzame fruit ter wereld behoort en zelfs Goji, Noni en Mangosteen zou overtreffen. Ze bevat heel wat voedingsstoffen waaronder de vitamines A, B1, B2, C & E en de mineralen potassium, ijzer, calcium, chroom, kalium, fosfor, magnesium, koper en zink, essentiële omegavetzuren 3, 6 en 9, aminozuren en proteïnen. Verder heeft de bes ook een zeer hoog gehalte aan antioxidanten. Ter vergelijking: het gehalte is zo hoog dat je een groot bord vol wortels of broccoli zou moeten eten om dezelfde waarde te bekomen als deze van een handjevol açaíbessen. De bessen zijn bovendien ook zeer rijk aan voedingsvezels, waardoor ze een goede darmwerking bevorderen, het metabolisme versnellen en een hulpmiddel kunnen zijn bij het afvallen.

Nog meer lof?

Verstopt in de royale paarse kleurstof zit de magie van het perfecte energiefruit van Moeder Natuur. Een glaasje açaísap zou helpen om het immuunsysteem te stabiliseren, hart en bloedvaten gezond te houden en vaatziekten te bestrijden. De bes staat bekend als ontstekingsremmer en heeft een sterke anti-oxiderende werking. Antioxidanten ontwapenen de vrije radicalen (3) die schadelijk zijn voor onze gezonde cellen en die de veroudering versnellen. De fytosterolen (4) in açaíbessen zorgen daarnaast voor een gezond cholesterolgehalte en voor een evenwichtige bloedsuikerspiegel. Ze geven een boost aan het immuunsysteem, helpen bij vermoeidheid en vochtretentie.

De bes heeft ook een beschermend effect op de gewrichten, herstelt de spieren en heeft een positief effect op ouderdomsdiabetes en prostaatklachten. De vrucht helpt ontstekingen te bestrijden en het lichaam te reinigen en zorgt voor meer kracht, energie en uithoudingsvermogen. Ze werkt antibacterieel en celbeschermend en helpt ook om afvalstoffen af te breken zodat het gewicht beter onder controle blijft. Açaí speelt een positieve rol bij het natuurlijk bestrijden van huidveroudering en haaruitval, geeft verbetering bij nachtblindheid en zorgt voor een gezond lichaam

Ion Color Light

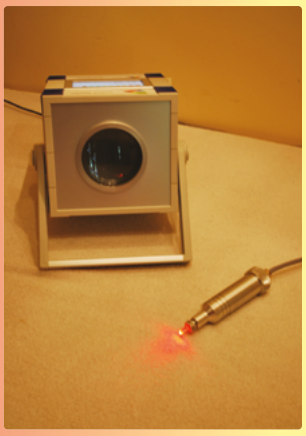
Een nieuwe vorm van lichttherapie

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

en een gezonde huid. Ook als natuurlijk potentieverbeterend middel zou de açaíbes wonderen doen. De mannelijke bewoners van het regenwoud gebruiken de vrucht als stimulerend hulpmiddel bij intieme contacten. De natuurlijke tegenhanger van Viagra in een kleine paarse bes…

Christine Huybrechts

(1) Antioxidanten: zijn in staat om vrije radicalen te neutraliseren. Zij gaan oxidatie tegen. Bijvoorbeeld door citroensap (= antioxidant) over een doorgesneden appel te sprenkelen, wordt de appel minder snel bruin.

(2) ORAC-waarde: Oxygen Radical Absorption Capacity. Hoe hoger deze waarde van een voedingsmiddel, hoe hoger het aantal antioxidanten.

(3) Vrije radicalen: verstoren of verhinderen de werking van gezonde cellen (b.v. een doorgesneden appel wordt bruin door inwerking van vrije radicalen).

(4) Fytosterolen of plantensterolen: vetachtige stoffen (lipiden) die niet door het lichaam aangemaakt kunnen worden en enkel via voeding in het lichaam komen.

Açaí

Bron van antioxidanten

ORAC-waarde per 100 gram

- Appels 218
- Bananen 221
- Blauwe bessen 2400
- Açaíbessen 5500
- Gevriesdroogde açaíbessen 60000

Noot: Aangezien suiker een bron is van ontstekingsreacties en energieverlies, wordt de pure açaí zonder suiker aanbevolen.

Bron: Amerikaanse voedselorganisatie USDA

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

Clearspring

Zeewieren: juiste evenwicht tussen dietetiek en gastronomie

www.clearspring.co.uk

"ideaal geschikt om het lichaam te verstevigen en de weerstand te stimuleren".

Remineraliserend, rijk aan eiwitten en aminozuren, kunnen zeewieren tot 20x meer calcium bevatten dan koemelk.
Ze brengen het lichaam grotendeels vitaminen en oligo-elementen.
Door hun hoge smaak en gustatieve eigenschappen, zijn de zeewieren een uitstekende keus, die men in de vegetarische keuken terugvindt,alsook meer en meer op het menu van sterrestaurants.

www.vajra.be/clearspring-nl

WITTE AMANDELPASTA

Jean Hervé

Pasta van gepelde amandelen (velletje losgeweekt door bevochtiging door stoom), gedroogd met hete lucht en gemalen voor een betere verteerbaarheid en bewaring van zijn onverzadigde vetzuren. Door zijn voedingswaarde, dankzij zijn gehalte aan calcium, fosfor, magnesium en vitamine E en zijn natuurlijke gehalte aan lecithine is de witte amandelpasta onmisbaar in de keuken voor het vervangen van dierlijke vetten.

WWW.VAJRA.BE

vajra

02 731 05 22

info@vajra.be

Een volledig gamma voor natuurvoedingwinkels, kruidenwinkels, restaurants, scholen en biologische markt- deelnemers.

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.

Ethisch verantwoord

Naast bedden, lattenbodems en matrassen is Wellness Sleep een uitstekend adres voor dekbedden, dekbedovertrekken, kussens,... We kiezen uitsluitend voor hoogwaardige materialen: katoen, echte wol, dons, enz. Het dons in onze dekbedden is enkel afkomstig van slachtdieren voor de vleesindustrie en dus niet van levende pluk.

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
- Aantrekkelijke acties het hele jaar door

Een goede deal

Wij kunnen boxsprings en matrassen aanbieden aan interessante prijzen, omdat we rechtstreeks van fabrikant naar koper leveren. Ook voor kinderen en jongeren hebben we speciale pakketten aan gunstige tarieven.

Herentalsesteenweg 2a 2280 Grobbendonk • Tel 014 51 41 14

© Koningsteen

verander de wereld herbron

De wereld waarin ieder van ons leeft en zijn rol speelt, is slechts en volledig een reflectie van onszelf. Kijk eens rond: je relatie, je werkomgeving, je sociale omgeving, je financiële situatie en je gezondheid. Als je iets aan de wereld wil veranderen, is herbronnen een zinvolle keuze.

Herbronnen is opnieuw contact maken met de bron. Die bron bevindt zich niet ergens in de Ardennen, noch in één of andere idyllische bergketen. Ieder van ons kan zijn/haar eigen bron opnieuw 'ont-dekken'. Het is immers niets nieuws, we zijn deze bron altijd zelf geweest. Hoe dichter we opnieuw bij die bron komen, des te meer ervaren we dat we iets universeels delen met elk levend wezen op onze planeet. De bron wordt ook vaak omschreven als Harmonie, Licht, Eenheid, Liefde,... God. Hierdoor begrijpen we beter dat herbronnen een proces is dat steeds bij onszelf begint en ons uiteindelijk dichter bij de ander brengt, vanuit mededogen en medeleven. Begrippen die we ook terugvinden in de boeddhistische filosofie en zijn afgeleide vorm mindfulness.

We zijn allen deze bron steeds geweest, maar zijn gedurende vele jaren het contact ermee verloren. Omdat het moeilijk is contact te maken met iets wat we nog wel meedragen als diepe 'her-innering' maar in feite niet echt kunnen begrijpen, is de beste manier van herbronnen datgene wat ons belemmert, op te ruimen. Het zijn namelijk onze overtuigingen en conditioneringen die ons ervan weerhouden in contact met ons ware zelf te zijn en die bepalen hoe we de wereld ervaren. In de NLP geldt 'de wereldkaart is niet de wereld' als één van hun basisassumpties. Eenvoudig gezegd, zien we

allen de wereld door onze eigen gekleurde bril. Het is voor ons dé wereld. In feite is er geen betere of slechtere wereld, het zijn wijzelf die er vanuit onze overtuigingen iets goed of iets kwaad van maken. Dit besef alleen al zou veel discussies en ruzies vermijden. Van sommige van deze overtuigingen zijn we ons terdege bewust, van andere veel minder of helemaal niet.

Bewust worden van onze conditioneringen, die we trouwens voor waarheid hebben aangenomen vanuit liefde en bescherming, is dan ook een belangrijke stap bij het herbronnen. Het is immers pas als we ons ervan bewust zijn, dat we opnieuw een keuze krijgen.

Een grote diversiteit aan modellen zoals bv. het enneagram of NLP, maken ons van allerlei conditioneringen bewust via een eerder rationele toegang. Andere vormen zoals meditatie, stilte en verschillende bewegingsvormen (tai chi, 5-ritmes of yoga) kennen eerder hun toegang tot bewustwording via de ervaring. Naast al deze vormen van bewustwording, meestal via trainingen en workshops, is het leven op zich een erg belangrijke leermeester. Onze overtuigingen en conditioneringen drukken via onze projectie hun stempel op onze relaties, financiële toestand, werksituatie,... Het universum heeft immers oneindig veel mogelijkheden om voor iedereen de juiste ervaringen te creëren die we nodig hebben in ons persoonlijk groeiproces.

Openheid en opmerkzaamheid, één van de resultaten na een vipassana-retraite, zijn hiervoor belangrijke tools. Wat baten immers kaars en bril als de uil niet zienen wil... 'Last but not least' is onze gezondheid een belangrijke toegang tot bewustwording. Zowel onze ratio als ons gevoel zijn samen met al onze ervaringen belangrijke elementen bij het bewust worden.

En nu, eens we ons bewust zijn van onze overtuigingen en conditioneringen die ons weerhouden onszelf als bron te ontdekken?

Ook hiervoor bestaan talrijke methoden in diverse domeinen. Een aantal ervan zijn een veertigtal jaar geleden ontwikkeld of zijn gegroeid vanuit een oudere kennis. Zo is in de jaren 70 NLP gegroeid vanuit het therapeutisch werk van Milton Erickson (Ericksoniaanse hypnose) uit 1920. Andere modellen, zoals het enneagram, werden in de jaren 70 verder uitgewerkt en gedocumenteerd vanuit kennis van meer dan 2500 jaar geleden. Het omvormen van een belemmerende overtuiging in een ondersteunende overtuiging vinden we in zowel NLP als Ericksoniaanse hypnose terug. De oeroude kennis en zienswijzen van het sjamanisme werken eerder vanuit de neutraliteit die eigen is aan de bron. Wanneer we bv. een enorme weerstand ervaren, is er per definitie in ons een even sterk maar meestal onbewust verlangen.

Voor het neutraliseren van deze conditionering en om terug in je centrum te komen, gebruiken de sjamanen dat verlangen als basiskracht.

Eens een conditionering geneutraliseerd is, kunnen we een bewuste keuze maken in het kader van de context. Dit in tegenstelling tot een reactieve keuze vanuit overtuigingen.

Onze wereld wordt gekenmerkt door dualiteit: al wat bestaat, heeft ook zijn of haar tegenpool. Als we de dualiteit overstijgen en bij onszelf komen, zien we de volle potentie in alles en iedereen om ons heen. In plaats van obstakels zien we het leven in al haar facetten, zonder vooroordeel, tot uiting komen. Een ontmoeting met anderen wordt een weerspiegeling van onze oneindige mogelijkheden. Het leven is een feest.

Een verder gevolg van deze non-dualiteit is het besef dat er geen afscheiding bestaat en we al-één zijn. Iedereen die je ontmoet in je leven is een weerspiegeling van een deel van jezelf. Het is een eenvoudige manier van het universum om ons iets duidelijk te maken. 'Doe niet aan anderen wat je zelf ook niet wil', krijgt opnieuw een diepere betekenis. 'Geven en ontvangen', betekenen zoveel meer. We zien in, dat loslaten een aanvaarden is van stukken van onszelf en dat alle pogingen om iemand weg te duwen, alleen maar een omgekeerd effect hebben. Wil je iets weg, iets loslaten, omarm het dan vanuit je hart.

Herbronnen is geen workshop of weekendopleiding, het is een levensproces waarbij elke bewustwordingstraining, workshop of opleidingsweekend een mooie start kan zijn.

Via herbronning kan je bewust worden van je verborgen overtuigingen en ze neutraliseren, zodat je vanuit een diepe verbondenheid met jezelf nieuwe keuzes kunt maken. Je vindt je eigen levensvitaliteit en gezondheid terug. Herbronning cultiveert mededogen en medeleven. Herbronning verandert de wereld!

Steven Pauwels

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 biogroenten 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

EUROPESE ACADEMIE
Antwerpen-Gent-Leuven-Maastricht

Deeltijdse opleidingen voor volwassenen

Gezondheidstherapeut
Voor wie wil starten
met een praktijk

VGL gezondheidsconsulent
Voor wie graag
mensen adviseert

Herborist
Voor wie wil werken
met kruiden

OPEN DAGEN
Antwerpen, Atheneum:
10/09/10 om 19u30
Gent, St. Lieven
04/09/10 om 10u
Leuven, St. Pieterscollege
04/09/10 om 10 u
Maastricht, St. Maartenscollege
05/09/10 om 10 u

wwww.europeseacademie.be

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

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

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**

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 augustus en loopt de activiteitenagenda van 10 september tot 9 oktober. 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.

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

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.

Sleep Proxy voor efficiënter energiebeheer van pc's

Een team van Microsoft Research heeft een systeem ontwikkeld dat vooral bedrijven in staat stelt om energie te besparen. Het systeem houdt computers die in slaapstand verkeren toch bereikbaar voor netwerkverkeer van buiten. Sleep Proxy werkt door een software-agent op de pc's te installeren; zodra de pc in slaapstand gaat, stuurt de software een waarschuwing naar een proxy. Al het netwerkverkeer dat voor de slapende pc is bedoeld, wordt vervolgens naar de proxy gerouteerd. Op basis van vooraf ingestelde regels kan de proxy vervolgens middels wake-on-LAN de slapende pc wakker maken. De energiebesparing die kon worden gerealiseerd door de pc's te laten slapen in plaats van continu aan te laten staan, kan zeker voor grote bedrijven aanzienlijk zijn en volgens sommige schattingen in de miljoenen euro's lopen.
[Bron: Tweakers.net]

Kwaliteit zwemwater aan de kust fors verbeterd

De kwaliteit van het zwemwater in Vlaanderen ging er in 2009 opvallend op vooruit. Dit blijkt ook uit het jaarlijkse rapport van de Europese Commissie. Alle zwemwateren beantwoorden aan de Europese minimumnormen. Bijna drie kwart van de badzones aan onze kust voldeed zelfs aan de veel strengere richtwaarden. Volgens de verantwoordelijke minister lag dat aantal nooit eerder zo hoog. Het aantal stranden dat aan de veel strengere richtwaarden voldoet, steeg van 15 procent naar 74 procent. Ook de zoetwaterplassen in het binnenland deden het beter. Op de website www.kwaliteitzwemwater.be kunnen geïnteresseerden nagaan hoe het gesteld is met de waterkwaliteit van de zwemwateren.
[Bron: De Morgen]

Foxconn verdubbelt lonen Chinese werknemers

Foxconn heeft aangekondigd dat het de lonen van zijn werknemers met 70 procent zal verhogen. Eerder kondigde de fabrikant al een structurele loonsverhoging van 30 procent aan, nadat onrust was ontstaan over een reeks zelfmoorden. Het gemiddelde maandloon worden verhoogd van 1200 naar circa 2000 yuan, omgerekend circa 245 euro. Nieuwe werknemers die bij de fabrikant in dienst komen, moeten drie maanden wachten voordat zij recht hebben op het extra salaris. Volgens Foxconn zorgt de extra loonsverhoging bovenop een eerder aangekondigde verhoging van 30 procent ervoor dat werknemers minder snel zullen overwerken. De fabrikant, die 800.000 mensen in dienst heeft, stelt dat overwerk altijd op vrijwillige basis plaatsvindt, maar in de praktijk zouden vrijwel alle werknemers langer doorwerken vanwege de lage lonen. Veel werknemers zouden stress ervaren of depressief raken door de hoge werkdruk en lange dagen. Behalve het doorvoeren van de loonsverhogingen, heeft Foxconn ook psychiaters in dienst genomen. Verder kondigden onder andere Apple en Dell, twee grote klanten van Foxconn, aan dat zij de arbeidsomstandigheden bij het bedrijf onder de loep gaan nemen. Een econoom stelt in de New York Times dat er in China een algemene tendens van loonstijgingen is te zien, omdat het land door de alsmaar stijgende productie met personeelstekorten te kampen heeft. Hierdoor kunnen werknemers hogere lonen en betere arbeidsomstandigheden eisen.
[Bron: Tweakers.net]

iPhone op zonne-energie

Computerfabrikant Apple heeft een gedetailleerde patentaanvraag ingediend voor vernieuwende zonnecellen die onder een aanraakscherm geplaatst kunnen worden. Daarmee maakt het de weg vrij voor mobiele telefoons of mediaspelers die gebruik maken van zonne-energie. Er bestaan al mobiele telefoons die met zonne-energie opgeladen kunnen worden, maar Apple wil op een andere manier te werk gaan. In plaats van een bestaand zonnepaneel te integreren in de behuizing, wil de fabrikant de zonnecellen onder het scherm van de toestellen plaatsen. Daardoor gaat geen oppervlakte verloren en kan het toestel zijn bestaande vorm en uiterlijk behouden. Bovendien hoeven de toestellen op die manier niet met het kwetsbare scherm naar beneden geplaatst te worden om zonne-energie op te vangen. Deskundigen zijn van oordeel dat de technologie vrij snel geïmplementeerd kan worden. Een uitgelekte versie van de nieuwste iPhone bevat immers al aanpassingen die op de nieuwe technologie inspelen.
[Bron: www.happynews.nl]

© Noam - Fotolia.com

Minder calorieën in Amerikaans voedsel

In de toekomst zullen in het Amerikaanse voedsel minder calorieën zitten. Dat zijn zestien Amerikaanse voedselproducenten overeengekomen. De Amerikaanse presidentsvrouw Michelle Obama, die de strijd tegen overgewicht als een prioriteit beschouwt, maakte het nieuws bekend. Bij de producenten zijn bedrijven als Campbell Soup, Coca-Cola, General Mills, Kellogg, Kraft Foods en PepsiCo. De producenten gaan het aantal calorieën in hun producten gevoelig verminderen. De toezeggingen van de fabrikanten is goed voor 20 tot 25 procent van de Amerikaanse voedselketen. In 2012 moeten er al 1 biljoen minder calorieën in het eten zitten, eind 2015 loopt dat op tot 1,5 biljoen.
[Bron: De Standaard]

Tesla en Toyota gaan samen elektrische auto's maken

Tesla en Toyota hebben aangekondigd dat zij samen elektrische auto's gaan ontwikkelen. Als onderdeel van de deal koopt Toyota 50 miljoen dollar aan Tesla-aandelen. Tesla heeft tevens een autofabriek van GM en Toyota overgenomen. Tesla is momenteel de enige fabrikant die een volledig elektrische auto waarmee men de snelweg op kan, de Tesla Roadster, in massaproductie heeft. In 2012 wil het bedrijf met de Model S op de markt komen, een familieauto met plek voor zeven personen. Toyota zette de laatste jaren zwaar in op zijn Prius-hybride, maar wil nu dus samen met Tesla auto's produceren die volledig elektrisch worden aangedreven. Toyota hoopt zijn eerste elektrische wagens in 2012 op de markt te brengen. [Bron: Tweakers.net]

Londen maakt 'snelwegen' voor fietsers

Londen is niet meteen de meest fietsvriendelijke stad van Europa, maar daar wil burgemeester Boris Johnson graag verandering in brengen. Vanaf volgende maand openen de eerste van twaalf routes die het voor pendelaars eenvoudiger moeten maken om van de buitenwijken naar het centrum van Londen te fietsen. Het is het jaar van de fiets in Londen en komende zomer zullen er veel evenementen in het teken van de fiets staan. De eerste snelle routes komen er op 19 juli. Dan zullen fietsers gemakkelijker van Barking (Oost-Londen) naar Tower Gateway en van Merton (Zuid-Londen) naar het centrum kunnen rijden. Londen zal dit jaar meer dan een miljoen aan fietsen besteden. [Bron: De Morgen]

Bio-cheeseburger bij Quick

Bio krijgt een vaste plaats in de Quick restaurants. Sinds april staan er twee nieuwe producten op de kaart: bio yoghurt en vruchtensap. In september lanceert Quick zijn eerste bioburger. Dat is een bioversie van de cheeseburger, een klassieker in fastfoodrestaurants. Ook in de kindermenu's Magic Box en Menu Top zal deze bio cheeseburger worden aangeboden. [Bron: www.convenience-foodservices.be]

KernKracht

Cursusaanbod najaar 2010

Een effectieve visie op organisatieprocessen
7 sept. of 25 nov. 2010

Energetische communicatie
1 en 14 okt. 2010

Van creatief idee naar effectief resultaat
7 en 8 okt. 2010

Een traject op weg naar leiderschap in leven en werk in vier delen:
Op weg naar transformatie: 2, 23 en 29 sept. 2010
Kernkwaliteiten wijzen ons de weg: 5,12 en 19 okt. 2010
Wegwijzers naar licht en ruimte: 9 en 16 nov. 2010
Spiritualiteit in deze tijd: 23 nov. 2010

Open workshop met Johannes Schmidt
26 en 27 okt.2010

Process of decision making and tetralemmaconstellations
13-15 nov. 2010

Systemic constellation work and inner navigation o.l.v. Johannes Schmidt
start april 2011

Meer informatie over deze opleidingen vind je op
www.kernkracht.be
Blijf op de hoogte en vraag onze nieuwsbrief aan via
info@kernkracht.be

Kasteel de Maurissens, Weligerveld 6, 3212 Pellenberg (Leuven)

Ayurvedische Massage
door Anne Severyns

t. 0473 59 50 64
contact@sukha.be
www.sukha.be

Jaaropleiding Engelendiamant

Brontherapie met Engelen
start: sept 2010

in
Zoersel
Schoten
De Pinte

12 opleidingsdagen
+ facilitator weekend

meer info
03 658 65 96
www.kristallenpoort.be

begeleiding
Mieke Michielsen

© Thundafunda

Healing
opnieuw in je kracht

Bij ziekte en emotionele blokkades nemen we vaak onze toevlucht tot medicatie of psychotherapie. Er is ook een andere weg. Steeds meer mensen zoeken ware genezing door het herstel van de verbinding met hun ziel. Healing kan een krachtig hulpmiddel zijn in dat zelfgenezingproces. We gingen praten met Joke Mens van Kira's Healing.

Wanneer ben je met healing begonnen?

"De praktijk is vorig jaar van start gegaan, maar eigenlijk doe ik al mijn hele leven aan healing. Als kind al, wanneer een vriendinnetje van me viel, gingen mijn handen automatisch naar de zere plek om ze te genezen. Dat gebeurde heel spontaan, ik dacht er niet over na, ging er zelfs lang van uit dat iedereen dit kon. Later is me via channeling duidelijk gemaakt dat ik van nature aangesloten ben op de frequentie 'Goud'. Dat zou de hoogste frequentie zijn, de zogenaamde hoofdader die rechtstreeks naar het goddelijke leidt."

Healing betekent letterlijk heel maken. Wat is er stuk?

"Zeer veel mensen zijn de verbinding van ziel en lichaam kwijt. Ze leven afgescheiden van het hogere en kampen met een heleboel energetische blokkades. Die blokkades leiden tot emotionele en fysieke pijn en ongemakken, tot ziektes ook. Wat ik doe, is de verbinding met het hogere herstellen. Door de afgescheidenheid op te heffen en de energiestroom terug op gang te brengen, wordt iemands zelfgenezingsproces krachtig geactiveerd."

Waarschijnlijk klinkt dit voor veel mensen behoorlijk zweverig. Bestaat er enige wetenschappelijke verklaring voor het werk dat jij doet?

"De kwantumfysica biedt al voor een groot stuk inzicht in de werking van healing. Ze gaat ervan uit dat alles met alles verbonden is. Men slaagt er ondertussen in om foto's te nemen van ons aura of energieveld en heeft ook al ontdekt dat onze intenties en ons lichaam met elkaar in verbinding staan en dat je iemands energetisch lichaam kunt beïnvloeden door het in te stralen. Iedereen is en blijft natuurlijk vrij om te kiezen waarin hij wel of niet gelooft, maar zelf heb ik in elk geval het volste vertrouwen in het werk dat ik doe."

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.*

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

Hoe gaat zo'n healing precies in zijn werk?

"Aan het begin van een healing schakel ik mijn denken uit en vanaf dat punt laat ik me leiden door iets wat sterker is dan mezelf. Het proces wordt letterlijk van me overgenomen. Ik moet alleen open staan en mijn handen laten bewegen naar die specifieke plekken waar voor die bepaalde persoon werk aan de winkel is. Dat gebeurt voornamelijk woordeloos. Ik werk op heel veel verschillende lagen: emotionele blokkades nu en in het verleden, de mentale laag, de fysieke laag en zelfs vorige levens en de dingen die je daarin meegemaakt hebt. Het aura wordt grondig schoon gespoeld, vrij gemaakt en volledig opgeladen. Wat ik eigenlijk doe, is mensen optillen naar een hoger niveau. Van zodra je iets op een hogere frequentie tilt, lost al het ondergaande op, dat is een wet van genezing."

Kunnen we zoiets volgens jou ook zelf doen?

"Uiteindelijk is dat de bedoeling: dat we allemaal het punt bereiken waarop we onszelf leren te helen. Die aanzet daartoe geef ik ook door mensen terug in hun eigen kracht te plaatsen, zodat ze zich vanuit die herstelde verbinding verder door hun ziel kunnen laten leiden. Als je een spiritueel groeiproces doormaakt, kan het zijn dat je telkens wanneer je voor een doorbraak staat, een beklemmend gevoel krijgt waardoor de werkelijke doorbraak er niet komt. Het punt waartoe je gedreven wordt door psychische problemen of ziekte, is vaak een soort drempel. Eroverheen stappen is niet makkelijk, maar toch is dat hetgene wat je te doen staan. Het leven nodigt je uit om een stap te zetten en je in het diepe te wagen, ook al zie je niet wat er verder ligt. Heel veel mensen lopen daar vast op hun eigen weerstand, door angsten, twijfels, woede en andere zaken die ze onderdrukt hebben, en begrijpen niet waarom ze steeds weer in diezelfde patronen verzeilen. Soms heb je dan even hulp nodig omdat het te moeilijk is alleen. Als ik tijdens een healing een drempel tegenkom, en de bereidheid van de persoon er is om er overheen te gaan, dan ga ik samen met hen even door die weerstand heen. Eens de weerstand is doorbroken, heb je een grote stap voorwaarts gezet."

Vallen mensen in het dagelijkse leven soms terug?

"Dat gebeurt. Maar doordat ik mensen tijdens een healing optil naar het hogere en de energie even vrij heeft gestroomd, kunnen ze achteraf naar dat punt terugkeren. Dat punt wordt ook wel het nulpuntenergieveld genoemd. Het is het punt waarop alle mogelijkheden samenkomen. Mensen slagen er niet altijd in om daar te blijven, maar ze vinden de weg ernaartoe wel terug. Het systeem vindt de weg terug. Het is een soort herinnering die zich opslaat. Soms zijn daar een aantal sessies voor nodig, moet ik verschillende keren op iets werken tot het systeem het zelf overneemt en het zelfgenezingsproces in werking treedt."

Met wat voor problemen klopt men bij je aan voor een healing?

"Sommige mensen komen met emotionele problemen, maar meestal gaat het om fysieke klachten of pijn, of om mensen met een levensbedreigende ziekte die door de medische wereld volledig zijn opgegeven. Zij kampen vaak met enorme angsten en zien mijn tussenkomst als hun laatste kans op redding. Vanuit die wanhoop bereiken mensen vaak de mooiste en strafste resultaten. Blijkbaar is het zo dat ze makkelijker de sprong maken als ze er op een extreme manier toe gedwongen worden. Als het leven je al zodanig ver heeft gepusht en de spanning en de ellende zo ten top gedreven zijn dat je geen andere uitweg meer

THE RECONNECTION® OPLEIDINGEN IN ANTWERPEN

10-11 juli 2010 Reconnective Healing® Level I/II
12-13 juli 2010 The Reconnection® Level III

Dit gaat verder dan techniek en 'energiehealing' - leer het in één weekend. In november ook in Amsterdam!

Vertaling naar Nederlands en Frans.

DE LAATSTE PLAATSEN!

Bliz EVENTS

Info/reserveringen: www.blizevents.com - info@blizevents.com +31 35 888 4628

SCHOOL VAN AYURVEDA vzw Gent

2-jarige opleiding
Ayurveda therapeut

1-jarige massage opleiding

Specialisatiejaar gynaecologie

Studiereizen naar India

Ayurveda
vanuit het hart

NÚ te koop
in de boekhandel !

OPENDEURDAGEN
11 & 12 september 2010

www.lies-ameeuw.be

Pilates opleiding
I.s.m. Ernie Prevoo
5 dagen over 2 weekends

Yoga Opleiding
I.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

ziet, dan ontstaat vaak een overgave die echt tot wonderen leidt. Nu ja, wonderen... eigenlijk zijn die 'wonderen' normaal, maar je moet de stap willen en durven zetten. Van zodra mensen die verbinding met hun ziel hebben gevoeld, weten ze ook hoe ze het zichzelf in het leven makkelijker kunnen maken. Dan komen de juiste antwoorden vanzelf en worden ze ook gevoeliger voor signalen. Dan zien ze zelf in hoe ze dingen kunnen aanpakken zonder dat de omstandigheden extreem moeten worden. Dat maakt alles zachter en gemakkelijker."

Je zei eerder: als de bereidheid van de persoon er is. Is die eigen verantwoordelijkheid belangrijk?

"Absoluut. Wie voor een healing komt met de gedachte dat ik het wel even zal oplossen en daarna thuis weer precies gaat leven zoals voorheen, zal de opgebouwde energie snel verliezen. Ik los iemands probleem niet in zijn of haar plaats op. Alles begint en eindigt met de bereidheid van de persoon zelf. Pas als die er is, als de intentie om te veranderen er is, mag ik mensen naar een bepaalde energie brengen. Van zodra ik dat gedaan heb, is het de bedoeling dat ze dat contact zelf gaan voeden en onderhouden. Na afloop van een healing moet je terug naar huis om daar zelf het leven en zijn uitdagingen aan te pakken. Het goede nieuws is dat je dat ook kunt. Wie in zijn volle kracht is geweest, leert ook hoe hij dat contact kan onderhouden en hoe hij het terug kan vinden als hij de verbinding eens verliest."

Vanwaar de naam 'Kira's Healing'?

"Tijdens healings heb ik al een aantal keren het punt bereikt waarop de ziel doorbreekt. Dan hoor ik 'Kira', het gekras van een raaf, en zie ik de vogel echt uitbreken. Een prachtig, zeer intens gebeuren dat een ongelooflijk diepe indruk nalaat. Bij anderen zie ik diezelfde vogel soms in een afwachtende positie. Dan wil iemand wel doorbreken, maar is de angst nog te groot. De angst dat men niet sterk genoeg zal zijn om te doen wat juist aanvoelt, dat men niet genoeg gaven of kracht of middelen zal hebben om de situatie aan te kunnen. Die angst is ongegrond. Hoe moeilijker de situaties waar je doorheen gaat, hoe groter ook je kracht is om je ervaringen om te zetten in iets goeds. Je kunt nooit iets meemaken wat je kracht te boven gaat en je zult nooit ergens terechtkomen zonder tegelijkertijd de toegang te hebben tot alles wat je op dat moment nodig hebt. Ik heb daar eens een mooie droom over gehad die me sterk is bijgebleven. De aarde was onder mij, ik zweefde door het heelal en ik wist dat ik de witte uilen moest halen omdat ze nodig waren op de aarde. Ik wist niet goed waar ik ze vinden moest, maar ik voelde dat als ik mij groter maakte, ik een punt bereikte waarop ik volledig overzicht had en waarvan ik overal alles kon gaan halen wat ik nodig had: hier en elders, in de toekomst en in het verleden. Dat punt, daar draait het om: het punt waarop alles mogelijk wordt. Daar breng ik mensen heen."

Lien Van Laere

Kira's Healing te Geel
0487 555 318 (Joke)
www.kirashealing.be

© Aaron - Wikimedia Commons

CRISTALINN System®
het nieuwe fractale water!

Volgens onderzoekers van de universiteit van Heidelberg (Duitsland) bevatten PET-flessen sporen van antimoon (Sb), een giftige substantie. De Duitse onderzoekers hebben 15 Canadese en 48 Europese watermerken onderzocht die hun water op de markt brengen in PET-flessen. Het giftige metaal komt van de PET, waarvan een van zijn verbindingen, antimoontrioxide, gebruikt wordt bij het vervaardigen van dit type plastic. De onderzoekers hebben hun experiment trouwens zo ver gedreven dat ze de hoeveelheid antimoon hebben gemeten van water dat gewoonlijk in PET wordt gebotteld - voordat het werd verpakt. Zelfs in dit geval bevatte het water een veel lagere hoeveelheid dan na deze industriële stap: 4 ppb, tegen 360 ppb net na het bottelen en 630 ppb 3 maanden later!

Wat te doen voor je drinkwater?

Een eenvoudige en efficiënte oplossing:

CRISTALINN System®

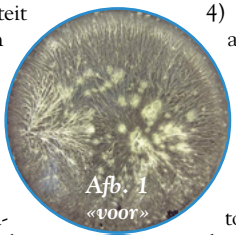
Ontwikkeld vanaf 1994, en sinds 2002 in bolvorm, is **CRISTALINN System®** verder geëvolueerd. De fractale structuur van water waarvan de droogresten worden behandeld d.m.v. NANO-FILTRATIE van **CRISTALINN System®** garandeert een bijzondere waterkwaliteit. De positieve effecten op de huid zijn vastgesteld door gebruikers die last hadden van irritatie.

De voordelen van **CRISTALINN System®** in 8 punten:

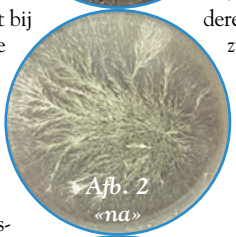
1) De eerste katalytische massa verhindert elk samenkleven van calciet, de kalksteen blijft niet-actief aanwezig in het circuit onder druk van het water en kan geen ketelsteen vormen.

2) Bovendien brengen de encrustingstructuren de oude resten van ketelsteen mee en dragen ze bij tot het reinigen van de circuits en de apparaten.

3) Geen slibvorming meer in de gesloten circuits, verwarming en airconditioning.

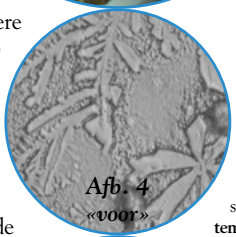


Afb. 1
«voor»

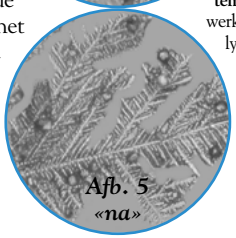


Afb. 2
«na»

Afb. 3



Afb. 4
«voor»



Afb. 5
«na»

4) De tweede katalytische massa van actieve kolen verbetert de organoleptische kwaliteit van het water (geurtjes, waaronder chloor)

5) De actieve kolen, in het bijzonder uitgekozen en gebeitst met zilver, verminderen het aantal bacteriën.

6) Een slim systeem van ontgassing laat toe om koolzuuranhydrides (CO_2) en andere niet-actieve gassen (nitraten, chloriden, zuurstofatomen, enz...) te elimineren.

7) De bolvorm en haar bijzondere interne onderdelen zijn ontwikkeld in respect voor de gulden snede en zorgen ervoor dat het water fractaal wordt.

8) De positieve effecten op het menselijke organisme stel je snel vast aan de huid.

Illustraties:

- Test van het water naar de groei van de materie in **gevoelige cristallisatie.**

Afb. 1: Referentiewater na 14 dagen.

Afb. 2: Het water gefilterd met **CRISTALINN System®** gedurende 14 dagen heeft een vitaliserend effect t.o.v. het referentiewater (experiment gehouden door M.F. Tesson in Toulouse)

Afb. 3: **CRISTALINN System®**

- Microscopisch onderzoek van het water (vergroting 600 x) voor en na het passeren langs het **CRISTALINN System®:**

Afb. 4: Het water «voor» haar dynamisering

Afb. 5: Het water gedynamiseerd door **CRISTALINN System®** wordt fractaal (experiment gehouden aan de Laboratoire de Physiologie Cellulaire van de ULB).

Conform AR 271/91/CEE dat lozingen van zouten sedert 31/12/05 verbiedt, loost **CRISTALINN System®** geen residu's. Het verbruikt ook geen energie. Het werkt dankzij het fysisch kristallografisch (micro elektrolytisch) fenomeen van de nanofiltratie.

Alle info: CRISTALINN System®
Rue Fort St-Antoine, 13
5000 Namur
Tel.: 081 40 84 76
Fax: 081 40 84 78

'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

Energetisch huizen reinigen. 14/7 en 28/7. 20u-22u30. **Han Ko Bicknese**. Café Refuge. Zimmerplein 12. 2500 LIER. De Kleine Bron. 03 225 02 27. www.dekleinebron.be

Reiki, meer dan zomaar een geneeswijze. 14/7 en 28/7. 20u-22u30. **Ronald van de Peppel**. Café Refuge. Zimmerplein 12. 2500 LIER. De Kleine Bron. 03 225 02 27. www.dekleinebron.be

Hoe je karma in liefde te herkennen? 15/7. 20u-22u30. Hoe herkennen we de zin van de **Ronald van de Peppel**. Valaarhof. Letterkundestraat 133. 2610 WILRIJK. De Kleine Bron. 03 225 02 27. www.dekleinebron.be

Waterproeverij. 15/7 (15-20u) of 14/8 (11-17u). 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. **Suze Besseling**. Steenweg op Antwerpen 7. 2300 TURNHOUT. Hannah Cesar. 014 55 68 56. info@hannahcesar.com - www.hannahcesar.com

Trance reizen. 22/7. 20u-22u30. **Han Ko Bicknese**. Valaarhof. Letterkundestraat 133. 2610 WILRIJK. De Kleine Bron. 03 225 02 27. www.dekleinebron.be

Volle maanmeditatie. 26/7 en 24/8. 20u-22u. Stenenzuiveringsritueel, ontspanningsoefeningen en geleide meditatie gevolgd door gezellig samenzijn met gelijkgestemden. Geen ervaring vereist. **Lieve Van Der Taelen**. Bredabaan 734. 2170 MERKSEM. Drie Veren. 0475 904 762. info@drieveren.be - www.drieveren.be

De betekenis van Symboliek en symbolen. 29/7. 20u-22u30. **Sander Videler**. Valaarhof. Letterkundestraat 133. 2610 WILRIJK. De Kleine Bron. 03 225 02 27. www.dekleinebron.be

Carl Gustav Jung voor dummies. 4/8. 20u-22u30. Een gelukkig leven, zei Jung, is het resultaat van zin- en betekenisgeving. **Sander Videler**. Café Refuge. Zimmerplein 12. 2500 LIER. De Kleine Bron. 03 225 02 27. www.dekleinebron.be

Wat denkt en voelt je (huis) dier? 5/8. 20u-22u30. **Vera Andries**. Valaarhof. Letterkundestraat 133. 2610 WILRIJK. De Kleine Bron. 03 225 02 27. www.dekleinebron.be

Rookvrije dansfuiven. 7/8. 20u-1u30. Iedere dansfuif begint voor wie dat wil met een uurtje dansinitiatie. Parochiezaal Zwaneven. Steenweg op Mol 161. 2360 OUD-TURNHOUT. De Kleine Bron. 03 225 02 27. www.dekleinebron.be

Meet the Goddess - spirituele reis naar Glastonbury. 8 tot 15/8. 8 deelnemers vertrekken op 8/8/2010 voor 8 dagen naar Avalon. We doorlopen de 8 fasen van het godinnenjaarwiel en verbinden ons elk met 1 Godin. **Lieve Van Der Taelen**. Bredabaan 734. 2170 MERKSEM. Drie Veren. 0475 904 762. info@drieveren.be - www.drieveren.be

Zijn er verschillende niveaus van bewustzijn? 11. 20u-22u30. **Jan Willems**. Café Refuge. Zimmerplein 12. 2500 LIER. De Kleine Bron. 03 225 02 27. www.dekleinebron.be

Contacten met overledenen kunnen ons en hen helpen. 12/8. 20u-22u30. **Mieke Abel**. Valaarhof. Letterkundestraat 133. 2610 WILRIJK. De Kleine Bron. 03 225 02 27. www.dekleinebron.be

Uw geestelijke begeleiders. 18/8. 20u-22u30. Wat zijn geestelijke begeleiders en wat is hun functie? Zijn dit overledenen of beschermengelen of gidsen? **Mieke Abel**. Café refuge. Zimmerplein 12. 2500 LIER. De Kleine Bron. 03 225 02 27. www.dekleinebron.be

Wil jij ook graag leuk en zinvol werk? 19/8. 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**. Valaarhof. Letterkundestraat 133. 2610 WILRIJK. De Kleine Bron. 03 225 02 27. www.dekleinebron.be

www.imelda-vandemoortel.be

Infoavond holistic pulsing. 25/8. 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. www.imelda-vandemoortel.be

Mediamiek werken. 25/8. 20u-22u30. **Han Ko Bicknese**. Café refuge. Zimmerplein 12. 2500 LIER. De Kleine Bron. 03 225 02 27. www.dekleinebron.be

De geheime leer van Tantra. 26/8. 20u-22u30. **Jan Willems**. valaarhof. Letterkundestraat 133. 2610 WILRIJK. De Kleine Bron. 03 225 02 27. www.dekleinebron.be

Spirituele beurs. 29/8. 10u-18u. Heel de dag gratis demonstratie met o.a. Naomi Apachi om 15u (bekend van tv) + signeersessie van haar boek om 16.15u. **Naomi Apach**. KTA. P.Vandenhoudtstraat 8. 2950 KAPELLEN. Spiritueel

Onderweg. 0499 267 085. info@spirituelebeurs.be - www.spirituelebeurs.be

Ik heb geen tijd meer! 1/9. 20u-22u30. Vele mensen klagen dat ze geen tijd hebben voor zichzelf of om te doen wat ze willen. Vanuit de quantumfysica komt een totaal nieuwe benadering... **Philippe Vandevorst**. Café refuge. Zimmerplein 12. 2500 LIER. De Kleine Bron. 03 225 02 27. www.dekleinebron.be

Een liefdesrelatie is een 'werk'woord. 2/9. 20u-22u30. **Eric Schneider**. Valaarhof. Letterkundestraat 133. 2610 WILRIJK (ANTWERPEN). De Kleine Bron. 03 225 02 27. www.dekleinebron.be

Infoavond opleiding Transformatie Coach. 2/9. 20u. Deze opleiding is geschikt voor iedereen die met en voor mensen/kinderen werkt. Pura Vida. Hooidonck 15. 2240 ZANDHOVEN. Script-As-Methode. 03 489 26 35. www.script-as-methode.com

Paranormaal & gezondheidsbeurs. 5/9. 10u30-18u30. Info-, consult- & verkoopstanden, lezingen & demonstraties. Cultureel Centrum De Werft. Werft 32. 2440 GEEL. Paranatura. 015 230 200. www.paranatura.be

Evolutie en het reïncarnatieproces, waarom doen we er zo lang over? 8/9. 20u-22u30. **Tressi Barros**. Café Refuge. Zimmerplein 12. 2500 LIER. De Kleine Bron. 03 225 02 27. www.dekleinebron.be

BRUSSEL

Water, de basis van gezondheid en levenskracht. 14/7 of 11/8. 19u-21u. Uiteenzetting van water. De kracht van zuiver en vitaal water, professioneel advies, vragen en antwoorden. **Christine Moens**. Jubelfeestlaan 147. 1080 BRUSSEL. The Green Kitchen. 0486 280 799 - 02 428 15 50. christine@haa2ooh.be - www.haa2ooh.be

Infoavond Elan Vital Coaching. 8/9. 18u30. Kom kennismaken met ons instituut voor persoonlijke groei, mentoring & coaching. Bouche à Oreille. Félix Hapstraat 11. 1040 BRUSSEL (ETTERBEEK). Baogroup. 02 732 48 44. www.baogroup.be

OOST-VLAANDEREN

The Big Jump. 11/7. 14u. Gents MilieuFront en GREEN springen samen met alle prettig gestoorde mensen in het water voor proper water! Portus Ganda. Rodetorenkaai. 9000 Gent www.gentsmilieufront.be

Wat denkt en voelt je (huis) dier? 19/7. 20u-22u30. Iedereen is wel eens nieuwsgierig naar wat zijn huisdier denkt en of hij wel gelukkig is met zijn leven. Wel, met dierencommunicatie kan dat. **Vera Andries**. Droomatelier. Huickstraat 6. 9190 STEKENE. De Kleine Bron. 03 225 02 27. www.dekleinebron.be

Hoe je met Ayurveda je gezondheid positief kan beïnvloeden. 25/7, 1/8 of 8/8. 10u-12u30. Ayurveda helpt ons door middel van massage, voeding, kruiden en levenswijze terug te keren naar ons uniek evenwicht. **Tiny Velghe**. Maretak 87. 9250 WAASMUNSTER. Coming Home. 03 288 13 20 - 0495 521 879. cominghome@telenet.be

De heilige lichtdans in de seksualiteit. 2/8. 20u-22u30. Belicht de relatie met de partner een keer van een andere kant. **Heidrum Herberth-Labots**. Droomatelier. Huickstraat 6. 9190 STEKENE. De Kleine Bron. 03 225 02 27. www.dekleinebron.be

Spirapa beurs. 14/8 en 15/8. 11u-19u. Spirituele, paranormale en wellnessbeurs. Provinciaal domein Den Blakken. 9230 WETTEREN. 't Filosoofke. 053 21 40 06. www.spirapa.be Met barbecuefeest.

Hoe aanwezig zijn je vorige levens in dit leven? 16/8. Gebeurtenissen en niet verwerkte emoties uit een vorig leven, kunnen je huidige leven beïnvloeden. Soms is dit positief, maar vaak is het afremmend... **Mieke Abel**. Huickstraat 6. 9190 STEKENE. De Kleine Bron. 03 225 02 27. www.dekleinebron.be

Het leven waarvoor je geboren bent. 30/8. 20u-22u30. **Philippe Vandervorst**. Droomatelier. Huickstraat 6. 9190 STEKENE. De Kleine Bron. 03 225 02 27. www.dekleinebron.be

Open Deur Centrum ES. 4/9. Open Deur activiteiten. Centrum ES. Destelbergenstraat 49. 9040 GENT. Instituut Voor Bodymind Integration. 09 228 49 11.www.bodymindintegration.com

Cursus Hedendaags Sjamanisme. 4/9 en 11/9. 10u-17u. Tijdens deze opleiding worden eeuwenoude sjamanistische technieken aangeleerd om op eenvoudige wijze gebruikt te worden door de hedendaagse mens. **Tim Biot**. Maria Hendrikaplein 5 - 6. 9000 GENT. Centrum Jana. 0474 522 725. jacob_nadia@yahoo.com - www.janaweb.org

SAM SCRIPT-AS-METHODE
Grote schoonmaak in je hoofd
De weg naar geluk en gezondheid
Info? Bel me! 0497 223 823
2-jarige opleiding Transformatie Coach
Deze opleiding is geschikt voor iedereen die met en voor mensen/kinderen werkt. En jij kan erbij zijn!
- Ingeborg Brugge: opendeur zondag 12/09
- Pura Vida Zandhoven (Antwerpen): infoavond 2/9 om 20u
- Domein Kievit Hasselt: infoavond 1/7 en 9/9 om 20u

www.script-as-methode.com ria.matheussen@telenet.be

VLAAMS BRABANT

Duurzaam leiderschap. 14/7 en 24/8. 19u30-22u. We delen onze motivatie en laten jullie huiswaarts gaan met geïntegreerde tips die het leiderschap over jezelf, jouw gezin of de groep mensen waarvoor je leiderschap opneemt, vlotter laat stromen. **Bart Wils, Lies Steeno, Steven Vrancken**. Brussegemplein 8. 1785 MERCHTEM. Vzw You - Juvenesco. 052 46 27 36. www.bouwjemee.be

Kennismakingsavonden ThetaHealing. 21/7, 11/8. 20u-22u. ThetaHealing is een unieke behandelingswijze uitgewerkt door Vienna Stibal. Maak er kennis mee tijdens 1 van onze introductie avonden. **Sofie Stiers**, ThetaHealer. Warotstraat 54. 3020 VELTEM-BEISEM. La Riposa. 0474 874 242. www.lariposa.be

Stiltewandeling. 15/8. 13u45-17u. Van aan de rivier wandelen we in stilte door akkers, langs kapelletjes tot bij de boomgaard. Onderweg nodigen we uit tot reflectie. **Greet Selderslaghs, Veerle Van Rie, Helmut Vandersmissen**. Afspraak parking Lidl. Brusselsesteenweg. 1980 ZEMST. Sunny Side Up. 015 62 06 35. www.itworkstomove.eu

Op zoek naar nieuwe horizonten? Jij beslist. 17/8. 19u30-22u30. Ben je klaar om je leven in eigen handen te nemen, voorwaarts en bergop, nieuwe horizonten tegemoet? Laat je dan inspireren door Roseline Deleu. **Roseline Deleu**, Feng Shui Master. Assesteenweg 414. 1741 WAMBEEK. Essens. 0475 350 133. www.essens.be

Sungazing - zonnestaren. 19/8. 19u30. De zon heeft nog veel meer in petto dan warmte en licht. Het is enkel een kwestie van afstemming! **Manek Hira Ratan**. Brussegemplein 8. 1785 MERCHTEM. Vzw You - Juvenesco. 052 46 27 36.

Het ONT-waken en BE-wust worden in het heden. 20/7. 20u-22u30. We gaan dieper in op het ONT-waken of anders gezegd niet meer waken maar doen, en BE-wust of anders gezegd ik weet meer en meer wie ik ben en wat er zich afspeelt in mezelf. **Boudewijn De Jonge**. Kadol 6. 1851 GRIMBERGEN. Evolving Clarity. 0495 22 83 44. www.evolvingclarity.be

Quantum Touch: een aanwezige, ondersteunende aanraking! 27/7. 20u-22u30. Via ademhaling, bewustzijn, aanraking ...je levensenergie bij jezelf en de andere opwekken en versterken, mét behoud van je eigen energie/kracht! **Liesbeth Michiels**. Kadol 6. 1851 GRIMBERGEN. Evolving Clarity. 0495 228 344. www.evolvingclarity.be

Paranormaal & gezondheidsbeurs. 28/8 en 29/8. 11u-18u30. Cultureel Centrum De Hallezaal. Scholenstraat z/n. 3290 DIEST. Paranatura. 015 230 200. www.paranatura.be

La RiPoSa - kindvriendelijke opendeurdag. 29/8. 10u-18u. Interesse in relaxatie, yoga, massages, workshops? Tijdens onze opendeurdag kan je vrijblijvend komen kijken wat we te bieden hebben. Met kinderyoga en creatieve kinderworkshops. La RiPoSa. Warotstraat 54. 3020 VELTEM-BEISEM. La Riposa. 0474 874 242. www.lariposa.be

Kinder Crea Yoga Dans. 29/8. 14u-18u. DrakenVuur & Elfen-Kracht.ElfenPrinses Spring-Blossom vertelt spannende verhalen,we yoga'en, creëren uit recyclage: Vuurlampion & Schatkist. **Lies Selleslach**. La Riposa. Warotstraat 54. 3020 VELTEM-BEISEM. Elfenprinses Spring Blossom. 016 35 63 35. www.sankenyaka.be

WALLONIË

Festival van de permacultuur. 20 tot 22/8. Thema: leven en voor het leven zorgen. Kruising tussen de Rue de Pécrot en Rue de Bossut. 1390 NETHEN. Vzw Cense Équi'Voc. www.festivalpermaculture.be

BUITENLAND

Sacred Contracts. 10/9. 20u-22u30. Een Heilig Contract omhelst een serie afspraken op allerlei niveaus die te maken hebben met wat we dit leven te leren hebben. **Caroline Myss**. Pim Jacobs Theater. Harmonieplein 4. 3603BM MAARSSEN. Nederland. Bliz Events. +31 358 884 628. www.blizevents.com

Symposium. 1/9. 10u-18u. t.b.v. 25-jarige bestaan van het I.H.C., symposium met div. lezingen, workshops en een optreden van Leny Kuhr. De Spreeuwel. Spreeuwelsedijk. 5091 KS WESTELBEER. Nederland. Diana Kors. 0031 0497 643 112. info@het-ihc.nl - www.het-ihc.nl

ELINE ROOTSAERT
SCHOOLVOORASTROLOGIE
Cursus & Consultatie
Voor Jezelf & Je Relatie
www.schoolvoorastrologie.be

Belgische Energie- en Milieuprijs 2010

ENVIRONMENT & ENERGY AWARDS 2010

IN AANWEZIGHEID VAN MEER DAN 200 GENODIGDEN UIT ALLE GELEDINGEN VAN DE BELGISCHE BURGERLIJKE SAMENLEVING VOND OP 4 JUNI DE VIJFDE PRIJSUITREIKINGSCEREMONIE PLAATS.

Wallonie

De uitreiking van de Awards 2010 werd georganiseerd in hartje Brussel in het prestigieuze "Convergence House", IPM SA, La Libre Belgique/Dernière Heure, en werd dit jaar geopend met een toespraak van vice-Eerste minister en minister van Financiën de heer **Didier Reynders**. Daarna volgden nog toespraken van mevrouw **Joëlle Milquet**, vice-Eerste minister en minister van Werk en Gelijke Kansen, belast met het Migratie- en asielbeleid, mevrouw **Evelyne Huytebroeck**, minister van Leefmilieu en Energie voor het Brusselse Hoofdstedelijke Gewest, en de heer **Philippe Henry**, minister van Milieu, Ruimtelijke Ordening en Mobiliteit in de Waalse regering. Ook ontdekkingsreiziger **Alain Hubert** was op de plechtigheid aanwezig om de Speciale Prijs van de International Polar Foundation uit te reiken, een organisatie die deze Awards al vanaf het begin actief steunt.

vind alle informatie en foto's op : **www.eeaward.be**

De winnaars van 2010 zijn :

Steven Vromman
(Eco-Citizen Award)

Be-Natural
(Business Sustainable Development Award)

De VRT
(Institution Sustainable Development Award)

De stad Seraing
(Municipal Sustainable Development Award)

Het onderzoekscentrum Materia Nova , Université de Mons
(Eco-Booster Award)

De stad Soignies
(International Polar Foundation)

MDW Architecture
(Eco-Building Award)

DrivOlution
(Mobility Award)

De Faculteit Architectuur van de Université Catholique de Louvain-la-Neuve
(Education Eco-Award)

Het reclamebureau DDB
(Media Award)

Word Partner van de Prijs 2011

Contact

Nathalie Nicosia op 04 221 58 68 - nathalie.nicosia@reference-media.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

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

Alternatieve geneeskunde

[C][VB] Jin Shin Jyutsu - de energiestromen (boek 2). 4/9 en 11/9. 9u30-17u. Een zachtaardige kunst die met de vingertoppen op bepaalde 'veiligheids-energiesloten' de levens-energie harmoniseert en herstelt. Het is geen massage. **Dominique Delannoy**. Magnolia Federation vzw. Kluizerij. Aalsterdreef 1. 1790 AFFLIGEM. 053 77 29 59 - 0474 625 598. magnolia.federation@skynet.be

Aromatherapie

[W][A] Aromatherapie introdag. 22/8. 10-17u. Kennismaking met de helende kracht van etherische oliën, waarbij je ze leert verdampen en toepassen in baden en massages, we ruiken heel wat geurtjes en leren zelf recepten schrijven. **Saskia Van Besauw**. Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 Antwerpen. 03 230 13 82. www.owc.be

Astrologie

[W][AN] Astrologie basisworkshop. 14/8. 10u-17u. Astrologie is de uitwisseling met de sterren. Het is een oude wijsheid waarin filosofie, astronomie en psychologie heel nauw met elkaar verweven zijn. **Heidrun Herberth-Labots**. De Kleine Bron. Vrijdagsmarktstraatje 3 bus 2. 2000 ANTWERPEN. 03 225 02 27. www.dekleinebron.be

[C][OV] Cursus Uurhoekastrologie. 7/9 tot 26/10. 19u-21u. Wil je graag een concreet antwoord op je vraag dan is uurhoekastrologie de techniek die je nodig hebt. **Martine Reynaert**. Centrum Voor Klassieke Astrologie. Groot Begijnhof 29. 9040 SINT AMANDSBERG. 09 228 15 11 - 0475 586 362.

Aura's en chakra's

[W][VB] Meester in Denken en Doen - Het pad van de Draak. 10 tot 11/7. 10u30-17u30. Wat houdt je tegen om Meester te zijn over je leven en bestemming? Je werkt op 4 niveaus: fysiek-aura-ziel-wezenskern. **Patrick Van Buyten, Katrijn Joris**. De Maancirkel. Bieststraat 102. 3191 HEVER. 015 52 02 57. maancirkel@online.be - www.maancirkel.be

[W][WA] Reis doorheen de chakra's. 21 tot 24/7. In deze cursus maken we intens contact met al deze verschillende energiecentra. We typeren elke chakra en de ermee verbonden kwaliteiten. En we gaan vooral veel voelen, ervaren, doen. **Denise Van den Avont**. Oost West Centrum. La Ferme du Bois-le-Comte. Bois-le-Comte 1. 6823 VILLERS-DEVANT-ORVAL. 03 230 13 82. www.owc.be

[C][AN] Chakrapsychologie en chakra-evolutie. 5/9. 10u-17u. Deze cursus omvat een volledige behandeling van het chakra - energie - transformatie - systeem van de mens. **Adriaan van Zelst**. De Kleine Bron. Boterbloemlaan 34. 2980 ZOERSEL. 03 225 02 27. www.dekleinebron.be

www.veroniquevanmoortel.be

[C][WV] Aura chakra reading healing. 7/9 tot 21/6. 19u15-22u. Start 2-jarige cursus om je intuïtie te verfijnen (46 lessen). **Veronique Van Moortel**. Artdesign bvba. Barrierestraat 39. 8200 BRUGGE. 050 38 07 67. veroniquevanmoortel@skynet.be - www.veroniquevanmoortel.be

Ayurveda

www.ayurvedaschool.be

[W][BR] Gem Remedy. 25 tot 29/8. 10u-18u. Elixieren van edelstenen, planten en heilige plaatsen. Workshop geïnspireerd door het Ayurvedisch systeem. **John Armitage**. Shamballa-Belgium. 1000 BRUSSEL. 0477 759 613. hverhenneman@skynet.be

Bachbloesems

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

[C][AN] Bach Remedies en de Chinese Vijf Elementenleer. 4 tot 5/9. 9u-17u. We belichten de onvermijdelijke linken tussen beide

AYURVEDASCHOOL ANTWERPEN
Anil K. Mehta – Peter Van Herck
Open dag
12 september 12u-17u
www.ayurvedaschool.be

universele systemen, hetgeen een meerwaarde kan bieden in het werken met de Bach Remedies. **Anita Van Broeck, Jef Strubbe**. De Walnoot vzw. Hanendreef 135. 2930 BRASSCHAAT. 03 653 47 53. www.dewalnoot.be

Bemiddeling & conflicthantering

[C][VB] Basisopleiding Bemiddeling. 8/9 tot 4/6. Onze missie is het aanbieden van een unieke opleiding die vakbekwame en geïnspireerde bemiddelaars certificeert. Mediation Instituut Vlaanderen. De Heerlijckyt van Elsmeren. Weg op Halen 2. 3450 GEETBETS. 0474 915 908. info@mediv.be - www.mediv.be

Biodanza®

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

[C][VB] Biodanza® - Elke maandag in Wilsele - Leuven. 12/7. 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 - biodanzamdm.be

[W][VB] Biodanza: dans de aarde, het vuur, de lucht en het water. 24/7. 10u-17u30. Biodanzadag: de vier elementen in je leven integreren. Voor meer plezier, meer diepgang en meer verbondenheid. Beginners welkom! **Greet Selderslaghs**. Sunny Side Up. Bibliotheek Zemst. Schoolstraat 23. 1980 ZEMST. 015 62 06 35. greet.selderslaghs@skynet.be - www.itworkstomove.eu

[W][WA] Biodanza® - Kleuren van de regenboog. 13 tot 15/8. Zomerstage voor iedereen. We dansen de kleuren van de regenboog en zo integreren we in harmonie de kwaliteiten van elke kleur in ons eigen leven. **Michèle De Moor, Simone Loffet**. Hoge Venen. 4950 WEISMES. 0498 614 146. demoormichele@yahoo.fr - biodanzamdm.be

[W][OV] Biodanzadag Van Nature: buiten in de natuur. 21/8. 14u-21u. Alles is natuur, alles is leven, bewegen, vieren dansen, beleven. Beweeg je mee op het ritme van de natuur in en rondom jezelf? **Katharina Mertens**. Groeikracht. Centrum De Warande. Achterstraat 2. 9450 HAALTERT. 0496 511 516 - 053 84 00 27. info@groeikracht.eu - www.groeikracht.eu

[C][AN] Biodanza. 6/9 en 13/9. 19u30-21u30. Biodanza is het leven dansen, bewegen vanuit je hart,genieten en het uitdrukken van je levensvreugde, op jezelf en in hartverwarmende ontmoetingen! **Marita Baeten**. Being Matters. Zaal Spring. Winkelstraat 10. 2570 DUFFEL. 0478 297 064. baeten.marita@telenet.be

[W][AN] Kennismakingsles Biodanza. 8/9. 19u30-21u30. Ontstressen en uw vitaliteit verhogen. **Laurent D'Haeseleer**. Dansbiodanza. cc De Djoelen -Zaal koning. Stwg op Mol 3. 2300 OUD-TURNHOUT. 014 50 65 65. info@dansbiodanza.be - www.dansbiodanza.be

Chinese geneeskunde

[W][OV] Driedaagse workshop Chi Neng® Qigong Body & Mind. 27 tot 29/8. Een 'Body & Mind' special workshop is vooral voor studenten in opleiding voor level 2, maar ook andere 'gevorderden' zijn van harte welkom. **Tilla Van Opstal**, hoofddocent. Chi Neng Institute Belgium. Het Leerhof. Hollebeekstraat 6. 9661 PARIKE. 03 288 45 08. belgium@chineng.eu - www.chineng.be Voor gevorderden.

Coaching

Leer coachen!
OPEN COACHING
www.coachingyou.be

[O][OV] Open Coaching: start opleiding tot gecertificeerde professionele coach. 25/9. 9 dagen (zater- en zondag) elke dag van 10 tot 17u. Leiden door kennis van methodiek en techniek. Volgen door je af te stemmen op het unieke van je coachee. **Annick Noyens**. Coaching You. Karmelietenklooster. Burgstraat 46. 9000 GENT. 03 321 97 04. www.coachingyou.be

[O][VB] Opleiding tot Coach. 4/9 tot 9/1. 9u30-17u. Je leert coachingsvaardigheden om anderen te begeleiden én gebruikt deze technieken in je eigen persoonlijk proces. **Andy Curinckx, Annemie Goedeme, Annemie Renson**. Systo. Koning Leopold-I-Straat 30. 3000 LEUVEN. 0477 460 433 - 016 84 44 47. info@systo.be - www.systo.be

Communicatie met dieren

[W][AN] Leren communiceren met dieren. 10/7. 10u-17u. Kom in contact met de gevoelswereld van je dier om je dier beter te begrijpen. Je leert contact leggen en belevingen interpreteren. **Veerle Goudenhooft**. Arcana. Arcana. Deurneleitje 6. 2640 MORTSEL. 03 325 00 40. vorming@arcana-web.be - www.arcana-web.be

[W][AN] Leren communiceren met dieren. 10/7. 10u-17u. Kom in contact met de gevoelswereld van het dier en leer het beter begrijpen. Je leert contact leggen en belevingen interpreteren. **Veerle Goudenhooft**. Arcana. Deurneleitje 6. 2640 MORTSEL. 03 325 00 40. vorming@arcana-web.be - www.arcana-web.be

[W][AN] Workshop Lichaamstaal bij honden. 5/9. 10u. Na deze workshop kan je beter een hond zijn gedrag en lichaamstaal begrijpen en wat je begrijpt kan je beter mee omgaan, beter trainen, heb je minder angst van enz... Toscanzahoeve. Zuidgoordijkstraat 8. 2235 HULSHOUT. 0475 347 112. www.toscanzahoeve.be

Creatieve expressie

[W][OV] Intuïtief schilderen met Marha. Elke week op di woe do of zat. 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

[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][VB] Gouden Cirkel van Verbondenheid, Nature in Harmony. 14/7, 21/7 of 28/7. We ontmoeten onze Aarde, Water, Elfen, DrakenVuur en Lucht via yoga, klanken, verhalen, eigen creaties. 10-12u grote mensen, 15-17u kinderen. **Lies Selleslach**. Sanken Yaka. 3220 HOLSBEEK. 016 62 29 62. www.sankenyaka.be

[W][WV] Zijnsdans. 16/7. 19u30-21u45. Jouw spontane levensstroom danst in een wisselwerking tussen binnen en buiten, tussen stilte en beweging, tussen de tegenstellingen, tussen jou en de ander. **Lut Van Melle**. Moritoen. Moritoenhuis. Lange Vesting 112. 8200 BRUGGE. 050 45 40 00. www.moritoen.be

[W][WA] De magie van kleuren. 21 tot 24/7. In deze week scheppen we die mogelijkheid en we laten ons inspireren door de natuur en de mooie omgeving van Bois-le-Comte. We werken rond bomen, bloemen, water en lucht met allerhande materialen en technieken. **Rita Bellens**. Oost West Centrum. La Ferme du Bois-le-Comte. Bois-le-Comte 1. 6823 VILLERS-DEVANT-ORVAL. 03 230 13 82. www.owc.be

[W][A] Elfenzomerkamp. 26 tot 30/7 en 9 tot 13/8. In deze cursus knutselen we elfenkroontjes en andere elfenattributen, leren we de dansjes van het elfentheater, zingen we elfenliedjes en leren we ook theatertechnieken voor elfen. **Briony Vanden Bussche.** Vzw Sterrencirkels. Van Den Hautelei 79. 2100 Deurne. 0488 618 886 www.elfentheater.be

[W][VB] Kinder Crea Yoga Dans. 29/8. 14u-18u. DrakenVuur & ElfenKracht. ElfenPrinses SpringBlossom vertelt spannende verhalen,we yoga'en, creëren uit recyclage: Vuurlampion & Schatkist. **Lies Selleslach**. Elfenprinses Spring Blossom. La Riposa. Warotstraat 54. 3020 VELTEM-BEISEM. 016 35 63 35. www.sankenyaka.be

[W][VB] Lachacademie - Lachen zonder reden. 2/9. 20u30-22u. Ademen, rekken en strekken, zingen, het kind in jezelf terugvinden, dans en spel, lachmeditatie, geleide meditatie en volledige ontspanning. **Marie-Louise Deschepper**. Cultureel Centrum De Ploter. Kerkstraat 4. 1740 TERNAT. 02 582 27 92. www.lachacademie.be

Dans

www.trancedans.net
workshops, meerdaagsen
professionele opleiding

[W][BT] Trancedans met thema 'Spirit'. 10/7. 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 'spirit'. **Aernoudt Knecht, Nandi Van Houwelingen**. Tools Voor Transformatie. Centrum Aquamarijn. Stratumsedijk 57. 5611NC EINDHOVEN. Nederland. 0479 423 411. aernoudt@trancedans.net - www.trancedans.net

[W][AN] NIA. 17/7. 14u-17u. Oosterse en westere bewegingsvormen waarbij de sensatie van je lichaam centraal staat. Een mix van dans, krijgskunst en helende kunsten. **Sofie Mora**. Arcana. Deurneleitje 6. 2640 MORTSEL. 03 325 00 40. vorming@arcana-web.be - www.arcana-web.be

[W][BT] Trancedans & Aqua Wellness Zomerweek: Baden in de Levensstroom. 23 tot 28/7. 6-daagse herbronningsweek waarin intensieve trance-, dans-, water- en klankrituelen worden afgewisseld met tijd om te drijven in warm zuiverend water. **Aernoudt Knecht, Els Van Sonhoven**. Wellnesspark Toskana Therme. Wunderwaldstraße 2a. D-99518 BAD SULZA.Duitsland. 0479 423 411. aernoudt@trancedans.net - www.trancedans.net/aqua

[W][AN] Dansen vanuit je kern. 7/8 en 8/8. 10u-17u. Vreugde-creativiteit-lichaamsbewustzijn!Dit dansweekend richt zich tot eenieder die de danser in zich wil laten ontwaken of voeden. Kom en geniet mee! **Hilde Broeckhove**. Bewust Bewegen. CarWash Theater. Sergeyselsstraat 42. 2140 ANTWERPEN. 0497 469 219. www.bewustbewegen.be

[W][BT] Body-mind organs in Zuid-Frankrijk. 21 tot 29/8. Een ceatieve ontdekkingsreis doorheen het orgaanlandschap. Via Meridiaan Chi Kung, dansimprovisatie en Body-Mind Centering. Kom en geniet, beweeg mee! **Hilde Broeckhove, Louise Chardon**. Bewust Bewegen. Laumond in de Dordogne. 19120 ALTILLAC. Frankrijk. 0497 469 219. www.bewustbewegen.be

[W][AN] Trancedans proefles. 29/8. 14u-15u30. Voel je vrij en wees welkom om mee te dansen tijdens de open-deur-dag van vormingscentrum Arcana. We organiseren een Trancedans in zaal 'Walpurgis'. **Aernoudt Knecht**. Arcana. Deurneleitje 6. 2640 MORTSEL. 03 325 00 40. vorming@arcana-web.be

[O][LI] Trancedans-begeleider. 2/9 tot 5/12. Wil jij meer levenskwaliteit ervaren, jezelf verdiepen in rituelen van transformatie, en ruimte voor groei, heelwording, en inspiratie leren scheppen? **Aernoudt Knecht, Els Van Sonhoven**. Tools Voor Transformatie. Kasteel Nieuwenhoven. Engelbamp 55. 3800 SINT-TRUIDEN. 0479 423 411. opleiding@trancedans.net - www.trancedans.net/opleiding

De dood en erna

[W][AN] Seance-avond. 28/8. 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

Droomduiding

[W][AN] Dromen, kostbare juwelen van inzicht. 6 tot 7/8. 10u-16u30. Een diepgaande benadering van de droom en haar functie, mede vanuit spiritueel oogpunt bezien. **Paul Bles**. De Kleine Bron. Café Refuge. Zimmerplein 12. 2500 LIER. 03 225 02 27 - 0486 201 926. www.dekleinebron.be

EMF Balancing Technique

[W][BR] Workshop - Universal Calibration Lattice. 14/8. 9u30-17u30. Introductiedag tot EMF Balancing Technique - de EMF energie van liefde, balancering en cocreatie beleven en voelen en EMF hulpmiddelen integreren. **Eva Van den Broeck**. The Bridge of Singing Light. Domeinlaan, 145/3. 1190 VORST. 02 344 76 00. eva.michaele@skynet.be

[O][BR] Opleiding EMF Balancing Technique - Fasen I-IV. 14 tot 19/8. 9u30-17u30. Persoonlijke groei initiatie : krachtige afstemmingen beleven, onze elektromagnetische energie balanceren, de fasen I-IV ontvangen en leren geven. **Eva Van den Broeck**. The Bridge of Singing Light. Domeinlaan, 145 /3. 1190 VORST. 02 344 76 00. eva.michaele@skynet.be

Emotional Freedom Techniques

[C][AN] EFT - basiscursus. 19/7. 10u-17u. EFT is een eenvoudige methode om jezelf te bevrijden van angsten, pijn, depressie om zo meer vrij jezelf te zijn. Je leert ook werken met anderen. **Inge Van Den Eynde**. Welkomhoeve. Welkomhoeve 4. 2280 GROBBENDONK. 014 51 98 20. www.shangri-la.be

[W][WA] EFT-Initiatie in de Ardennen. 25 tot 30/7. EFT-Online/ARCANA organiseren een EFT-Initiatie in het kasteel van Frandeux. EFT en vakantie: voel je vrij! **Koen Van Reeth, Veronique Schelfaut**. EFT-Online/Arcana. Kasteel van Frandeux. Rue de Pèlerins 4. 5580 FRANDEUX. 03 776 55 53. www.eft-online.be

[W][AN] EFT-initiatie. 13 tot 14/8. 10u-17u. Hier kun je leren hoe je EFT kunt toepassen bij jezelf. A.d.h. van demo's krijg je een duidelijk idee hoe EFT werkt. **Koen Van Reeth, Veronique Schelfaut**. EFT-Online. Arcana. Deurneleitje 6. 2640 MORTSEL. 03 776 55 53. www.eft-online.be - www.arcana-web.be

Emotioneel lichaamswerk

[W][LI] Emotioneel Lichaamswerk. 10 tot 12/9. Door ELW ga je weer voelen, ervaar je via je lichaam met welke blokkades je leeft, welke patronen je hinderen in het contact met jezelf en anderen. **Koos Broer**. Kasteel De Schans. Kasteelstraat 18. 3680 OPOETEREN. 089 62 92 62. info@kasteeldeschans.com www.kasteeldeschans.com

Engelen en gidsen

[W][AN] Geraakt door engelen - Workshop Angel-Touch. 29/7. 20u-22u. Wil je graag weten welke engel/gids op dit moment bij je is? Kom dan mee spelen en keer huiswaarts met een nieuwe vriend(in). Geen voorkennis vereist. **Lieve Van Der Taelen**. Drie Veren. Bredabaan 734. 2170 MERKSEM. 0475 904 762. www.drieveren.be

[O][A] Engelentherapie. 20, 21 en 22/8. Opleiding Integrated Energy Therapy. **Mieke Michielsen.** Kristallen Poort. De Hulsten 48. 2980 Zoersel. 03 658 65 96. www.kristallenpoort.be

[W][WV] Geraakt door engelen - Workshop Angel-Touch. 25/8. 19u30-21u30. Wil je graag weten welke engel/gids op dit moment bij je is? Kom dan mee spelen en keer huiswaarts met een nieuwe vriend(in). Geen voorkennis vereist. **Lieve Van Der Taelen**. Drie Veren. Zeedijk 48 app 6.2. 8370 BLANKENBERGE. 0475 904 762. www.drieveren.be

[O][A] Start jaaropleiding Engelendiamant®. 6/9. Jaaropleiding Engelendiamant Facilitator®: Brontherapie met Aartsengelen. **Mieke Michielsen.** Kristallen Poort. De Hulsten 48. 2980 Zoersel. 03 658 65 96. info@kristallenpoort.be. www.kristallenpoort.be

[O][A] Start jaaropleiding Engelendiamant®. 25/9. Jaaropleiding Engelendiamant Facilitator®: Brontherapie met Aartsengelen. **Mieke Michielsen.** Kristallen Poort. Kasteel van Schoten. Kasteeldreef. 2900 Schoten. 03 658 65 96. www.kristallenpoort.be

[O][OV] Start jaaropleiding Engelendiamant®. 25/9. Jaaropleiding Engelendiamant Facilitator®: Brontherapie met Aartsengelen. **Mieke Michielsen.** Kristallen Poort. Open Hart Centrum. Bosstraat 23. 9840 De Pinte. 03 658 65 96. www.kristallenpoort.be

Enneagram

[C][VB] Mindfulness & Enneagram: om optimaal te functioneren. 9 tot 13/8. Jezelf/je ontwikkelingspad (her)ontdekken, bewust & gelukkig leven, optimaal functioneren. Mindfulness & enneagram tonen een weg naar zelfrealisatie. **Sandra De Clercq, Marleen Vandenbosch**. Essens & Enneagram@Work. Domein Koningsteen. Oxdonkstraat. 1880 KAPELLE-OP-DEN-BOS. 0475 350 133. info@essens.be - www.essens.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

Eutonie

[C][AN] Het bewust gevoelde contact met zichzelf en zijn omgeving. 12 tot 16/7. 9u30-16u30. Stress, (rug)pijn, vermoeidheid, allerlei ouderdoms- of beroepskwaaltjes, kunnen door een groter lichaamsbesef beter gehanteerd en vermeden worden. **Renild van den Plas**, Eutoniepedagoog VES. Polyzaal van de sporthal. Steenweg op Zevendonk. 2300 TURNHOUT. 014 43 65 11. renild.vdp@gmail.com - www.eutonie.be

[C][BT] Vakantie-basiscursus. 25 tot 31/7. 12u30-14u30. Eutonie voor beginners in een prachtig kader, gezellige sfeer, verzorgde tweepersoonskamers en keuken. 30 uren verspreid over 7 dagen. **Therese Windels**, G.A. eutoniepedagoog. La ferme de la montagne. 02290 RESSONS-LE-LONG.Frankrijk. 03 480 07 24. therese.windels@eutonie.org - www.eutonie.org

[C][BT] Vakantie basiscursus. 25 tot 31/7. 12u30-14u30. Eutonie voor beginners in een prachtig kader, gezellige sfeer, verzorgde tweepersoonskamers en keuken. 30 uren eutonie gespreid over 7 dagen. **Therese Windels**. La ferme de la Montagne. FR-02290 RESSONS - LE - LONG.Frankrijk. 03 464 27 03. www.eutonie.org

[C][AN] Je eigen lichaam (terug) leren kennen. 23 tot 27/8. 9u30-16u30. Eenvoudige oefeningen bewerken een groter lichaamsbesef. Hierdoor kom je (terug) in contact met je lichaamsintelligentie als bron voor gezondheid. **Renild Van Den Plas**, Eutoniepedagoog VES. De Lichtbron. Gemeentepark. 2110 WIJNEGEM. 014 43 65 11. renild.vdp@gmail.com - www.eutonie.be

Feng Shui

[W][VB] Wat verklapt je huis over jou? 5/8. 19u30-22u30. Decoreer je huis om je te ondersteunen in het manifesteren van datgene wat je hart verlangt, en dit zonder nieuwe dingen te kopen. **Roseline Deleu**. Essens. Assesteenweg 414. 1741 WAMBEEK (TERNAT). 0475 350 133. info@essens.be - www.essens.be

Geweldloos communiceren

[W][LI] Geweldloze communicatie. 25 tot 30/7. Wij richten ons op waarnemen, voelen, onderliggende behoeften en onvervulde verlangens met een blik van mededogen en gezonde nieuwsgierigheid. **Martin van der Meulen**, coach. Kasteel De Schans. Kasteelstraat 18. 3680 OPOETEREN. 089 62 92 62. www.kasteeldeschans.com

[W][LI] Ont-moeten. 1 tot 6/8. Alleen door in vrijheid te geven en te ontvangen kan je de andere ont-moeten. Encounter, ELW, systemisch werk en geweldloze communicatie. **Koos Broer**. Kasteel De Schans. Kasteelstraat 18. 3680 OPOETEREN. 089 62 92 62. www.kasteeldeschans.com

Healing

[W][BT] Healing Beyond Reason. 11/9. 10u-17u30. Myss onderzocht de mystieke kwaliteiten die betrokken zijn bij de ervaring van genezing. Leren channelen van genade, speelt daarbij een vitale rol. **Caroline Myss**. Bliz Events. Pim Jacobs Theater. Harmonieplein 4. 3603 BM MAARSSEN. Nederland. 0031 358 884 628. www.blizevents.com

[W][AN] Tachyon praktijkdag. 11/9. 10u-17u. Maak zelf je tachyon-antennes en ontdek de creatieve mogelijkheden om Tachyon toe te passen in je dagelijks leven. **Jimmy Lanssens**. Healing Source. 2800 MECHELEN. 0473 191 344. www.healingsource.be

Innerlijke dialoog

[W][AN] Vriendschap sluiten met je patronen. 12 tot 16/7. 9u30-12u. Je voelt je ongelukkig en grijpt naar eten. Je bent gefrustreerd en je partner krijgt de volle lading... Patronen zijn de weg naar echte verandering. **Annemie Peeters**. Arcana. Deurneleitje 6. 2640 MORTSEL. 03 325 00 40. www.arcana-web.be

Kaartleggen

[W][AN] Interactieve namiddag Inzicht in jezelf via de tarot. 16/7. 13u-17u30. **Margot Dorren**. De Kleine Bron. Vrijdagmarktstraatje 3 bus 2. 2000 ANTWERPEN. www.dekleinebron.be

[W][AN] Inzicht in jezelf via de tarot. 28/8. 13u-17u30. **Margot Dorren**. De Kleine Bron. Café Refuge. Zimmerplein 12. 2500 LIER. 03 225 02 27. www.dekleinebron.be

Kleur- en lichttherapie

www.owc.be

[W][WA] Helende kleuren. 24 tot 27/7. Deze cursus is bedoeld om via ontspanning en intuïtief schilderen de helende werking van alle kleuren te beleven. **Denise Van den Avont**. Oost West Centrum. La Ferme du Bois-le-Comte. Bois-le-Comte 1. 6823 VILLERS-DEVANT-ORVAL. 03 230 13 82. www.owc.be

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

Krijgskunsten

[C][LI] Wekelijkse Dim Mak zelfverdediging. 12/7 tot 30/8. 20u-21u30. Leren jezelf te verdediging zonder fysieke kracht, dmv eigen innerlijke energie en drukpunten. **Theo De Gelaen**. Daochi Dim Mak. Daochi Center. Erperheidestraat 19. 3990 PEER. 011 61 15 76. info@daochi.eu - www.daochi.eu

[W][LI] Internationaal Qi Gong en Dim Mak kamp. 26 tot 30/7. 10u-17u. Van maandag 26 tot en met vrijdag 30 juli 2010 van 10.00 tot 17.00: Qi Gong en Dim Mak kamp met als thema: “agressie beheersing en energetische/Dim Mak zelfverdediging”. **Theo De Gelaen**. Daochi Dim Mak. Daochi Center. Erperheidestraat 19. 3990 PEER. 011 61 15 76. info@daochi.eu - www.daochi.eu

Kunst en persoonlijke ontwikkeling

[C][BT] Zomerschool in de Ardeche. 17 tot 24/7. “Ik ga voor een betere wereld in mezelf” laat je ontdekken welke waarden belangrijk voor je zijn, zodat je met plezier, gemotiveerd en geïnspireerd je talenten kunt inzetten voor je eigen leven. **Loek Knippels, Peter-Jan In Der Rieden**. Diana Kors. Les Grangeonnes. FR-07270 ST.BASILE.Frankrijk. 0031 497 643 112. info@het-ihc.nl - www.het-ihc.nl

Massage

[O][AN] LifeFocus Touch. Opleiding Massagetherapeut. Start Inleidend Traject. 15 tot 18/7, van 7 tot 8/8 en van 28 tot 29/8. 10u-17u30. LifeFocus Touch Therapie beoogt de ervaring ‘mens’ te herwaarderen, met het oog op meer vervulling, meer vrijheid, meer ruimte in lichaam én geest. **Ronald Bertels, Leen Huysman**. Zomerhuis. Pastoor Goetschalckxstraat 48. 2180 EKEREN. 03 646 99 54. www.zomerhuis.be

[W][WA] Massage van de ziel. 1 tot 5/8. Afstemming op ons hogere zelf om van daaruit op verschillende manieren met massage te werken. Vooral chakra- en links-rechts-balancing zullen we toepassen om eenheid te creëren in lichaam, denken en voelen. **Wim Hermans**. Oost West Centrum. La Ferme du Bois-le-Comte. Bois-le-Comte 1. 6823 VILLERS-DEVANT-ORVAL. 03 230 13 82. www.owc.be

[W][LI] Massageverwenweek. 8 tot 13/8. Masseren tijdens je vakantie? Naast basisthenieken kan je ook kennis maken met andere vormen van massage, bv. masseren vanuit je intuïtie! Genieten! **Ellen van der Helm**, fysiotherapeute. Kasteel De Schans. Kasteelstraat 18. 3680 OPOETEREN. 089 62 92 62. www.kasteeldeschans.com

[W][WA] Met zachte handen. 12 tot 15/8. Een driedaagse, volledig in het teken van een massage-training. **Denise Van Den Avont**. Oost West Centrum. La Ferme du Bois-le-Comte. Bois-le-Comte 1. 6823 VILLERS-DEVANT-ORVAL. 03 230 13 82. www.owc.be

Meditatie

[W][WV] Zomerse meditatiemomenten. 3/8, 10/8, 17/8, 24/8 en 31/8. 20u-21u30. Vijf dinsdagavonden je meditatiepraktijk vorm en body geven in het mystieke Begijnhof van Brugge. Stilte afgewisseld met lichte begeleiding / beweging. **Trees Dewever**. Minnezolder. Begijnhof 17. 8000 BRUGGE. 050 61 28 30 - 0474 40 6128. www.treesdewever.be

[W][WV] Dag van de Goddelijke Moeder. 15/8. 13u30-18u. Een dag vol muziek, meditatie en mantra’s. Daarna een Zegening van de Bron met voor iedereen een korte persoonlijke gechannelde boodschap. **Sarah Gommers, Mieke Janssens, Katrijn Joris**. Sint-Anna Centrum En De Maancirkel. Leffingestraat 1. 8000 BRUGGE. 0496 121 754 - 015 52 02 57. maancirkel@online.be - www.maancirkel.be

[W][VB] Magische Symbolen en Rituelen. 27 tot 29/8. 10u30-17u. Symbolen zijn de taal van het universum. Je leert 1.ze ontdekken en interpreteren 2.je persoonlijke symbolen achterhalen 3.hoe ze te gebruiken. **Katrijn Joris, Patrick Van Buyten**. De Maancirkel. Bieststraat 102. 3191 HEVER. 015 52 02 57. maancirkel@online.be - www.maancirkel.be

www.veroniquevanmoortel.be

[W][WV] Merkabah meditatie. 9/9 tot 9/12. 19u15-22u. In 8 donderdagavonden leren we de meditatie en alle toepassingen; ook verdieping in oorsprong merkabah via antieke mysteriën. **Veronique Van Moortel**, orthomoleculair gezondheidstherapeute. Artdesign Bvba. Barrierestraat, 39. 8200 BRUGGE. 050 38 07 67. veroniquevanmoortel@skynet.be - www.veroniquevanmoortel.be

Mindfulness

[C][OV] Mindfulness, leven in aandacht. 10 tot 16/7. 18u30-21u. In meditatie leer je om het NU te waarderen en je niet te laten leiden door gedachten en emoties. Intensieve vakantietraining. **Lieve Van Hoeteghem**, erkend trainer. Centrum Yalu. Land Van Waaslaan 101. 9040 GENT. 09 329 57 22 - 0496 749 019. www.yoga-aandacht.blogspot.com

Natuurkapper Hairport
Plantenkleuren Oliebe
voor:
natuurlijkheid • allergieën
schoonheid • gezondheid
Amsterdamstraat 20
2000 Antwerpen
Tel. 03 226 07 31
www.hairport.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

[C][BT] Zomerweek Mindfulness. 17 tot 23/7. De 8-weekse basistraining in één week en dit in een prachtige omgeving in de Franse Ardennen. **Marisa Hoslet**, psychologe. Mindful Groeien. Centre Buirefontaine. 02500 AUBENTON. Frankrijk. 0496 507 536. www.mindfulgroeien.be

[W][OV] Mindfulness retreat. 31/7 tot 6/8. 7 dagen zit- en stapmeditatie en dharmalezingen. **Annemie Flamez, Douwe Nutterts**. School Voor Psychospiritueel Werk. Douwe Nutterts. Coupure 352. 9000 GENT. 09 223 57 54. dnutterts@skynet.be - www.psychospiritueelwerk.com

[C][BT] Zomerweek Interpersoonlijke Mindfulness. 1 tot 7/8. Mindfulness integreren in omgang met anderen. Milde en mededogende aanwezigheid, ontwikkelen van hartkwaliteiten. **Marisa Hoslet**, psychologe. Mindful Groeien. Centre Buirefontaine. 02500 AUBENTON. Frankrijk. 0496 507 536. www.mindfulgroeien.be

[W][AN] Basistraining Mindfulness Antwerpen. 4/8 tot 22/9. 19u-21u30. Tijdens 8 sessies leer je gebruik te maken van lichaamsgewaarzijn, ademfocus en integratiemeditaties om met meer stabiliteit in het leven te staan. **Viviane Van Gasse**. ITAM. In Essens. Nassaustraat 21. 2000 ANTWERPEN. 09 387 00 45. www.itam.be

[C][OV] Mindfulness, leven in aandacht. 7 tot 13/8. 18u30-21u. In meditatie leer je om het NU te waarderen en je niet te laten leiden door gedachten en emoties. Intensieve vakantietraining. **Lieve Van Hoeteghem**. Centrum Yalu. Land Van Waaslaan 101. 9040 GENT. 0496 74 90 19. www.yoga-aandacht.blogspot.com

[W][OV] Weekend Mindfulness. 20 tot 22/8. Tijdens het weekend wordt afwisselend lig-, zit- en wandelmeditatie beoefend onder regelmatige begeleiding. **Björn Prins, Judith Nuyts**. ITAM. Heerdweg 48. 9800 DEINZE. 09 387 00 45. www.itam.be

[W][OV] Mindfulness - 8 weken sessie. 26/8 tot 14/10. 19u-21u45. Dit programma is geschikt voor iedereen die beter wil omgaan met de uitdagingen van iedere dag. Het maakt je meer bestand tegen stress, angst,... **Ann Vansteenwinckel**, Mindfulnesstrainer. Iam - Mindfocus. Het Rustpunt - zaal 'Cenakel'. Prinsenhof 39B. 9000 GENT. 09 328 60 90 - 0494 946 060. www.aandacht.be

[C][LI] Mindfulness - 8 weken sessie. 2/9 tot 21/10. 19u-21u45. Dit programma is geschikt voor iedereen die beter wil omgaan met de uitdagingen van iedere dag. Het maakt je meer bestand tegen stress, angst,... **Marina Vandercruys**, Mindfulnesstrainer. IAM - Mindfocus. Cultuurcentum Muze. Dekenstraat 40. 3550 HEUSDEN-ZOLDER. 09 328 60 90. www.aandacht.be

[C][AN] Mindfulness - 8 weken sessie. 2/9 tot 21/10. Dit programma is geschikt voor iedereen die beter wil omgaan met de uitdagingen van iedere dag. Het maakt je meer bestand tegen stress, angst,... **Lieven Vercauteren**. IAM - Mindfocus. Project de Wegwijzer. Leeuwerikstraat 18-22. 2018 ANTWERPEN. 09 328 60 90 - 0494 946 060. www.aandacht.be

[C][OV] Mindfulness - 8 weken sessie. 6/9 tot 25/10. 19u-21u45. Dit programma is geschikt voor iedereen die beter wil omgaan met de uitdagingen van iedere dag. Het maakt je meer bestand tegen stress, angst,... **Hannelore Helmich.** IAM - Mindfocus. De Blauwe Poort. Collegebaan 49. 9090 MELLE. 09 238 60 90. www.aandacht.be

[C][OV] Mindfulness basistraining. 8/9 tot 28/10. 19u30-22u15. Wil je leren hoe je onbevooroordeeld, open en mild aandacht kan schenken en bewust kan leven en werken vanuit het moment? (6 avonden + 1 dag). **Marleen Vandenbosch**, Mindfulnesstrainer. Essens. Straal en Geniet. 9402 NINOVE. 0475 350 133. www.essens.be

[C][AN] Mindfulness - 8 weken sessie. 8/9 tot 27/10. 9u-11u45. Dit programma is geschikt voor iedereen die beter wil omgaan met de uitdagingen van iedere dag. Het maakt je meer bestand tegen stress, angst,... **Inge Thijs**, Mindfulnesstrainer. Iam - Mindfocus. Anubhuti. Berlaarbaan 208 A. 2861 O.L.VR.-WAVER. 0494 946 060. www.aandacht.be

[C][WV] Mindfulness - 8 weken sessie. 9/9 tot 4/11. 19u-21u45. Dit programma is geschikt voor iedereen die beter wil omgaan met de uitdagingen van iedere dag. Het maakt je meer bestand tegen stress, angst,... **Daphne Neve**. Iam - Mindfocus. Cultuurcentrum De Spil. H. Spillebautdreef 1. 8800 ROESELARE.0494 946 060. www.aandacht.be

[C][OV] Mindfulness basistraining. 9/9 tot 28/10. 19u30-22u15. Wil je leren hoe je onbevooroordeeld, open en mild aandacht kan schenken en bewust kan leven en werken vanuit het moment? (6 avonden + 1 dag). **Marleen Vandenbosch**. Essens. Straal en Geniet. 9402 NINOVE. 0475 350 133. www.essens.be

Muziektherapie & klankenbehandeling

[W][BR] Pineal Tonings : DNA activatie door klank. 8/8. 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**. The Bridge of Singing Light. Salle Etincelle. Rue de la Victoire, 158. 1060 SINT-GILLIS. 02 344 76 00. eva.michaele@skynet.be

Natuurvoeding

[C][BT] Stage Detox Vitaal lekkere Keuken in Frankrijk. 22 tot 29/8. 7 dagen les, coaching, massage, wandelen met een ezel, een week detox en lekker vitaal eten! **Christine Moens**. The Green Kitchen. Les Carles. FR-81110 DOURGNE.Frankrijk. 0486 280 799. christine_moens@skynet.be - www.lescarles.com

[C][BR] Living Foods. 1/9. 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. www.tanclubcooking.org

Neuro-training

[C][AN] Braingym. 2 tot 6/8. 9u30-15u30. 26 eenvoudige bewegingen stimuleren zenuwbanen voor beter verwerken van info. Bevordert concentratie, organisatie, coördinatie, communicatie. **Vinciane Schoenmaeckers**. Arcana. Deurneleitje 6. 2640 MORTSEL. 03 325 00 40. www.arcana-web.be

Opstellingen

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

[W][AN] Familieopstellingen weekend. 11/9 tot 12/9. 10u-18u. Duidelijke oplossingen vinden voor persoonlijke -, relatie- en opvoedingsproblemen en ziektes. **Indra Torsten Preiss**. Atelier Levenskunst. August Van Daelstraat 17. 2610 WILRIJK. 03 825 53 74. www.atelierlevenskunst.be

[C][LI] Start jaartraining System Dynamics. 10/7 tot 9/9. Systemisch leren kijken en handelen met toepassingen voor relatie, gezin, werk, opvoeden. Opleiding van 22 dagen. **Ben Eyckmans**. vzw Human Creation. Oudestraat 48 A. 3510 HASSELT. 0477 617 883 - 0486 323 772. www.systemdynamics.be

Therapeute in de Interactionele Vormgeving
www.debeleving.be

[W][A] Familieopstellingendag. 11/7. 10-17u. Wij maken allemaal deel uit van een familiesysteem. En soms is het evenwicht verstoord. Veel problemen in relaties, in contacten met anderen, op het werk, ... kunnen door een onbewuste verstrengeling van ons familiesysteem ontstaan zijn. **Ann Bilsen, Anja Vercaigne**. De Beleving. 03 322 88 03 www.debeleving.be

[W][VB] Workshop Familieopstellingen. 29/8. 9u30-17u. Deze workshop biedt je de mogelijkheid om te kijken naar voor jouw persoonlijke vraagstuk binnen een ondersteunende, veilige groep. **Andy Curinckx**. Systo. Koning Leopold-I-Straat 30. 3000 LEUVEN. 0477 460 433 - 016 84 44 47. www.systo.be

[W][VB] Loopbaanopstellingen. 8/9. 9u30-17u. Een loopbaanopstelling laat onder meer zien hoe jij je in wezen verhoudt tot je werk, je dilemma's, je wensen, je potentieel en je doelstellingen. **Andy Curinckx**, coach. Systo. Koning Leopold-I-Straat 30. 3000 LEUVEN. 016 84 44 47 - 0477 460 433. www.systo.be

Persoonlijke ontwikkeling

ACTERRE, een project rond een ecologisch dorp in Zuid-Frankrijk

[W][WV] Initiatie tot Deekshagever. 17 tot 18/7 en van 21 tot 22/8. 10u-18u. Tweedaagse opleiding Blessingfacilitator, gevolgd door 8 opvolgdagen die je het jaar daarop volledig zullen begeleiden om de genade van de Eénheidszegening te integreren in alle aspecten van je leven. **Ingeborg Tm Sergeant**. De Evolutie. Gerard Davidstraat 50 Bus1. 8000 BRUGGE. 050 67 90 77. zien@telenet.be - www.ingeborg.ws

[W][AN] Ken jezelf, je sterke kanten en je levensopdrachten. 17/07. 10u30-17u. In deze workshop gaan we onszelf en onze mogelijkheden en blokkades leren herkennen en zo ontdekken welke stappen nu zinvol zijn in ons leven. **Margot Dorren**. De Kleine Bron. Vrijdagmarktstraatje 3 bus 2. 2000 ANTWERPEN. 03 225 02 27. www.dekleinebron.be

[C][OV] Oneness Awakening Course. 17 en 18/9. Initiatie tot Deekshagever. **Mieke Michielsen.** Kristallen Poort. Open Hart Centrum. Bosstraat 23. 9840 De Pinte. 03 658 65 96. www.kristallenpoort.be

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

[W][AN] Wegenkaart voor persoonlijke transformatie. 22/7. 19u30-22u. Tijdens deze workshop bieden we jou een aantal nieuwe intuïtief/energetische oefeningen aan als een soort nieuwe wegenkaart in deze tijden. **Philippe Vandevorst**. Timotheus. De Kring. Jaak De Boeckstraat 73. 2170 MERKSEM. 03 644 53 01. www.timotheus.be

[W][AN] De Kracht van de Natuur. 22/7. 9u-18u. Daguitstap naar een energetische krachtplek. Thema: sjamanistische dag waarin we ons verbinden met de krachten van de 7 richtingen en de natuur. **Inge Van Den Eynde, Lieve Lodewinckx**. Kalmthoutse Heide. 2920 KALMTHOUT. 014 51 98 20. www.shangri-la.be

[C][AN] Intensive: Oosterse Psychologie. 24 tot 30/7. 9u-18u. Ontdek een holistische visie op psychologie. Zelfs organen spelen een belangrijke rol bij je denken, je voelen en de werking van je zenuwstelsel. **Rik Vermuyten**. Marcel Auburtinlaan 91. 2600 BERCHEM. 0485 050 577. info@rikvermuyten.be - www.rikvermuyten.be

[W][AN] Dag Buiten de Tijd. 25/7. 13u-19u. Een intens ritueel van loslaten & verwelkomen op 'dag nul' in de Maya 13 Manen-

Deurneleitje 6 • 2640 Mortsel
03 325 00 40 • www.arcana-web.be
arcana *Toegangen tot bewust leven*
- Mis de korting niet op onze jaarreeksen, schrijf je in voor 1 augustus!
- Zomercursussen voor het onderwijs: Braingym en E.F.T.
- Zomer in Château Frandeux: Yoga, E.F.T., Tantra

Meer info: vorming@arcana-web.be, 03 325 00 40

[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

kalender. Met meditatie, beweging, stemexpressie, vuurrituueel & potluck. **Mieke Polfliet**. Thuis In Jezelf. J.E. Claeslaan 1. 2560 NIJLEN. 03 366 46 16. www.thuisinjezelf.be

[W][LI] Jouw kompas-sie. 1 tot 6/8. Vind je kompas naar je passie voor jong-volwassenen tussen 17 en 23. Geef richting aan je leven met creatieve opdrachten en communicatie-oefeningen. **Josienna Davidse, Anne-Marie Hamming**. Kasteel De Schans I.s.m. Centrum Innig Leven. Kasteelstraat 18. 3680 OPOETEREN. 089 62 92 62. info@kasteeldeschans.com - www.kasteeldeschans.com

[W][AN] Ben jij ook op zoek naar leuk en zinvol werk? 5/8. 19u30-22u. Tijdens deze workshop laten we vooral ins ituïtieve brein voor ons werken. Zo leren we via een andere invalshoek kijken en oplossingen vinden. **Philippe Vandevorst**. Timotheus. De Kring. Jaak De Boeckstraat 73. 2170 MERKSEM. 03 644 53 01. www.timotheus.be

[W][AN] De vier inzichten. 5/8 en 6/8. 10u-17u. Op een speelse en vreugdevolle manier integreren we de wijsheid van de Tolteken, om ons leven eenvoudiger, boeiend en gelukkig te maken. Inge Van Den Eynde. Welkomhoeve 4. 2280 GROBBENDONK. 014 51 98 20. www.shangri-la.be

[W][AN] Hoe krijg ik een ideale relatie!? 6 tot 7/8. 10u-16u30. Samen of alleen? Welke relatie heb je met jezelf en welke met de ander, nu en in het verleden? **Paul Bles**. De Kleine Bron. Café Refuge. Zimmerplein 12. 2500 LIER. 03 225 02 27 - 0486 201 926. www.dekleinebron.be

[W][] Simplify your life: inspiration & focus. 11/8. 9u30-17u30. Stilstaan bij wat je energie geeft, juiste keuzes maken, en meer plezier scheppen in alles wat je onderneemt. **Greet Selderslaghs, Mo Deckers**. Sunny Side Up. Bibliotheek Zemst. Schoolstraat 23. 1980 ZEMST. 015 62 06 35. greet.selderslaghs@skynet.be - www.itworkstomove.eu

[W][AN] De weg naar kerntransformatie. 19/8. 19u30-22u. Het proces van kerntransformatie voert ons voorbij het denken, voorbij iedere vorm van manipulatie, naar toestanden van diepe vrede, eenheid en liefde. **Jan Meysmans**. Timotheus. De Kring. Jaak De Boeckstraat 73. 2170 MERKSEM. 03 644 53 01. www.timotheus.be

[W][AN] Samenwerken met natuurkrachten (workshop in het bos). 21/8. 10u-17u. In deze workshop zullen we tijdens onze natuurwandelingen en meditaties kennismaken met de krachten die in de bossen wonen. **Han Ko Bicknese**. De Kleine Bron. Paardenmarkt. 2980 ZOERSEL. 03 225 02 27. www.dekleinebron.be

[W][OV] Moeder-aarde-dag in de natuur in Vrasene. 22/8. 10u-17u. We beleven de bomen, het bos en de stille krachten van de natuur in een prachtige omgeving en krijgen een lekkere picknick aangeboden. **Ronald van de Peppel**. De Kleine Bron. Brugstraat 17. 9120 VRASENE. www.dekleinebron.be

[W][LI] Zomerworkshop - vier de zon in je zelf. 25 tot 29/8. 10u-16u. 5 dagen dansen, bewegen naar de kern van jou wezen. Een intense ervaring die je tot in het diepste van je ziel beroert. Om nooit te vergeten! **Odilon Mets, Nelleke Van Dijsseldonk**. Bewustzijnshuis. Kasteel De Schans. Kasteelstraat 18. 3680 OPOETEREN. 03 772 16 48 www.bewustzijnshuis.be

[W][AN] Verbeeld je identiteit. 29/8. 13u-16u. **Sander Videler**. De Kleine Bron. 2000 ANTWERPEN. 03 225 02 27. www.dekleinebron.be

[W][VB] Lach-yoga in clubverband voor jonge en minder jonge mensen. 2/9. 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. wiske@wiske.net - www.lachclub.be

[W][AN] Jouw boom in het bos van het leven. 4/9. 10u30-13u. Via je eigen boomtekening ontdek je wat jouw plaats in het bos van het leven is. Wat vertelt jouw boom over jou? **Margot Dorren**. De Kleine Bron. Vrijdagsmarktstraatje 3 bus 2. 2000 ANTWERPEN. www.dekleinebron.be

[W][OV] Naturefulness. 5/9. 14u-16u30. Een begeleide wandeling waarbij niet kennis maar waarneming door onze zes zintuigen, ervaring en meditatieve beweging centraal staan. **Frank Polders**. Helica. Het Droomatelier. Huikstraat 6. 9190 STEKENE. 03 254 29 53 - 0476 637 647. www.helica.be

[C][LI] Cursus voor fybromialgie patienten. 7/9 tot 2/11. 20u-21u30. Het programma is bedoeld om weerstand op te bouwen op mentaal, geestelijke en fysiek gebied. Meer energie en rust en minder pijn te krijgen. **Frieda Loef**. Terug In Balans. Kleine Brogel. Dennenstraat 2. 3990 PEER. 011 40 27 47. www.teruginbalans.com

[W][AN] Verandering als uitdaging. 9/9. 20u-22u30. **Adriaan van Zelst**. De Kleine Bron. Valaarhof. Letterkundestraat 133. 2610 WILRIJK. 03 225 02 27. www.dekleinebron.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

Persoonlijkheid & menselijke relaties

prh Persoonlijkheid en Relaties VLAANDEREN

[C][WV] Time-out voor je partnerrelatie. Verdiepen, herbronnen, bijstellen. 10/7 en 11/7. 9u30-17u. Halt houden om te zien wat je als partners verbindt en wat de weg naar elkaar verspert. Je relatie voeding geven. Tijd om er voor elkaar te zijn. **Vera Delbeke**. PRH vzw. Ter Verademing. Dorpsstraat 13. 8480 BEKEGEM. 050 81 30 29. vera.delbeke@prh.be - www.prh.be

[C][AN] Groeien in zelfvertrouwen. Zelfverzekerd in het leven staan. 12/7 en 13/7. 9u30-17u. Bepaalde gebeurtenissen kunnen ons zelfvertrouwen aangetast hebben. De cursus helpt je om erin te groeien, aan de hand van concrete handvatten. **Hilde Simons**. PRH vzw. Wit-Gele Kruis. Nonnenstraat 12. 2200 HERENTALS. 014 22 36 06. hilde.simons@prh.be - www.prh.be

[C][] Constructief samen. Groepsverschijnselen en persoonlijke groei. 17 tot 21/7. 9u-18u. We staan stil bij wat zich afspeelt in groepen: aspiraties, behoeften, waarden, spanningen en conflicten, ... Je leert je positief te engageren. **Patrick Jossa**. PRH vzw. Oase Centrum. H. Placestraat 44. 1702 GROOT-BIJGAARDEN. 016 29 00 33. patrick.jossa@prh.be - www.prh.be

[C][AN] Tevredenheid op het werk. Sleutel voor efficiëntie in de onderneming. 17/7, 18/7, 19/7, 20/7 en 21/7. 9u-18u. Door jezelf en anderen beter te begrijpen leer je omgaan met macht, spanningen en conflicten. Jezelf ontplooien én je collegiaal inzetten, het kán. **Guy Naegels**. PRH vzw. Otto Veniusstraat 15. 2000 ANTWERPEN. 0475 34 71 90. guy.naegels@prh.be - www.prh.be

[C][OV] Wie ben ik? De eigen persoonlijkheid, basis voor een krachtige dynamiek. 24 tot 28/7. 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. **Martine Andries**. PRH vzw. Het eerste woord. Kloosterstraat 40. 9620 ERWETEGEM. 03 755 44 01. martine.andries@prh.be - www.prh.be

[W][LI] Tieneravontuur. 25 tot 30/7. Zien en gezien worden is het thema voor 12 t/m 16-jarigen. Creatieve workshops, vrije expressie en een heleboel vakantieplezier! **Geert De Groof, Anne-Marie Hamming**. Kasteel De Schans. Kasteelstraat 18. 3680 OPOETEREN. 089 62 92 62. www.kasteeldeschans.com

[C][BR] Wie ben ik? De eigen persoonlijkheid, basis voor een krachtige dynamiek. 26 tot 30/7. 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. **Thea Bombeek**. PRH vzw. Vogelzang. Franciscanenlaan 3a. 1150 BRUSSEL. 0476 35 99 64. thea.bombeek@prh.be - www.prh.be

[C][OV] Wie ben ik? De eigen persoonlijkheid, basis voor een krachtige dynamiek. 4 tot 8/8. 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. PRH vzw. Het eerste woord. Kloosterstraat 40. 9620 ERWETEGEM. 03 226 53 25. info@prh.be - www.prh.be

[C][WV] Mijn kinderen helpen om zichzelf te worden. 4 tot 8/8. 9u-18u. Je staat stil bij de eigenheid van elk kind en bij wat je erbij beleeft. Je leert het waarderen en juiste kansen te geven. Kinderopvang tot 12 jaar. **Martine Andries**. PRH vzw. Ter Loo. Torhoutsesteenweg 56. 8210 LOPPEM. 03 755 44 01. martine.andries@prh.be - www.prh.be

[C][WV] Op zoek naar jezelf? Jongerentweedaagse. 11 tot 13/8. 20u-16u. Via vragen en leuke opdrachten sta je uitgebreid stil bij je capaciteiten. Je krijgt een betere kijk op jezelf en meer zelfvertrouwen. **Linda Pappijn**. PRH vzw. Ter Loo. Torhoutsesteenweg 56. 8210 LOPPEM. 056 71 63 02. linda.pappijn@prh.be - www.prh.be

[C][LI] Wie ben ik? De eigen persoonlijkheid, basis voor een krachtige dynamiek. 18 tot 22/8. 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. **Miet Daenen**. PRH vzw. Herkenrodeabdij 1. 3511 KURINGEN-HASSELT. 012 23 62 30. miet.daenen@prh.be - www.prh.be

[C][VB] Al schrijvend meer jezelf worden. Zelfkennis door methodisch schrijven. 21/8 en 22/8. 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. **Ilse Op De Beeck.** PRH vzw. 't Groeihuis. Sint-Jozefsdreef 7. 3020 HERENT. 016 20 71 00. ilse.odbeeck@prh.be - www.prh.be

[C][AN] Kom uit de verf! Met kleur en vorm je unieke kracht leren kennen. 23/8, 24/8 en 25/8. 9u30-13u. Je drukt je intuïtief uit, vertrekkend vanuit het gevoel van leven in jezelf. Je leert naar buiten komen in relatie. **Gisele Cuyvers**. PRH vzw. Vivendum. Beemdenstraat 28. 2930 BRASSCHAAT. 0477 76 88 22. gisele.cuyvers@prh.be - www.prh.be

prh 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

[C][AN] Wie ben ik? De eigen persoonlijkheid, basis voor een krachtige dynamiek. 24/8, 25/8, 26/8, 27/8 en 28/8. 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. PRH vzw. Onder.Dak. Laaglandlei 50. 2900 SCHOTEN. 03 226 53 25. info@prh.be - www.prh.be

[C][OV] Groeien in zelfvertrouwen. Zelfverzekerd in het leven staan. 26/8 en 27/8. 9u30-17u. Bepaalde gebeurtenissen kunnen ons zelfvertrouwen hebben aangetast. De cursus helpt je om erin te groeien, aan de hand van concrete handvatten. **Chris Van Duyse**. PRH vzw. CC Vrije Ateliers. Rodekruisstraat 25. 9100 SINT-NIKLAAS. 03 777 79 65. chris.vduyse@prh.be - www.prh.be

[C][OV] Ik en ik. 2/9 tot 7/10. 19u30-21u45. Een training van 6 avonden voor jou naar bewustwording, groei en liefde: meer zelfkennis, -vertrouwen, -acceptatie. Inzichten en ervaringsopdrachten. **Frank Polders**. Helica. Het Droomatelier. Huikstraat 6. 9190 STEKENE. 03 254 29 53 - 0476 637 647. www.helica.be

[C][AN] Anders omgaan met spanningen en conflicten. 4/9 en 5/9. 9u30-17u. Voorbij feiten en interpretaties zoeken naar wat zich precies afspeelt. Leren de dialoog aangaan, de spanning verminderen en oplossingen zoeken. **Lydia Etienne**, PRH-Vormingswerker. PRH vzw. PRH-Vormingscentrum. Otto Veniusstraat 15. 2000 ANTWERPEN. 03 239 49 32. lydia.etienne@prh.be - www.prh.be

Qigong

[C][LI] Wekelijkse Qi Gong training. 13/7 tot 31/8. 20u-22u. Iedere dinsdag avond Qi Gong en Zen training om je eigen innerlijke energie te ontdekken en te ontwikkelen. **Theo De Gelaen**. Daochi Dim Mak. Daochi Center. Erperheidestraat 19. 3990 PEER. 011 61 15 76. www.daochi.eu

[C][LI] Wekellijkse zen en qi gong training. 16/7 tot 27/8. 19u30-21u30. Iedere vrijdag zen in Qi Gong training om jezelf en je eigen energie te ontdekken. Voor meer energie, vitaliteit en betere weerstand. **Theo De Gelaen**, Qi Gong meester. Daochi Dim Mak. Daochi Center. Erperheidestraat 19. 3990 PEER. 011 61 15 76. www.qigong.be

[C][LI] Openlucht Qi Gong met picknick. 18/7 en 22/8. 10u-17u. Bij goed weer lekker buiten Qi Gong beoefenen met 's middags gezamenlijke picknick. Bij slecht weer binnen in Daochi Center. **Theo De Gelaen**, Qi Gong meester. Daochi Dim Mak. Daochi Center. Erperheidestraat 19. 3990 PEER. 011 61 15 76. www.daochicenter.be

[W][OV] Vakantieworkshop Chi Neng® Qigong. 26 tot 30/7. 9u-17u. Qigong in de ochtend; diverse andere activiteiten in de namiddag zoals intuïtief of mandala tekenen, wandelen, gewoon 'niets'doen… **Tilla Van Opstal**. Chi Neng Institute Belgium. Het Leerhof. Hollebeekstraat 6. 9661 PARIKE. 03 288 45 08. www.chineng.be Voor gevorderden.

[W][OV] Taijiwuxigong, spontane beweging voor gezondheid en geluk. 30/7 tot 3/8. 10u-17u. Verbeter lichaamsbesef, lichaamshouding en algemeen welbevinden door de aardekracht te gebruiken, spieren te ontspannen en de gewrichten te openen. **Jin Shen**. Buqi Institute Belgium. OC St Jozef (sporthal). E. De Deynestraat 1. 9000 GENT. 03 281 0532 - 0486 931 122. sofie@buqi.net - www.buqi.net

[W][OV] Lingzi, de orginele reiki oefeningen. 5 tot 8/8. Uitstekende oefeningen om sterke vibratiekracht in het lichaam te ontwikkelen. **Hongxun Dr Shen**, docent. Buqi Institute Belgium. OC St Jozef (sporthal). E. De Deynestraat 1. 9000 GENT. 03 281 05 32 - 0486 931 122. sofie@buqi.net - www.buqi.net

[W][OV] Zomerstage Meridiaan Chi Kung. 9 tot 13/8. 19u30-21u30. 5 avonden op een speelse manier je lichaam openen via het meridiaan systeem. Je laat spanning los, bouwt interne kracht op en brengt je geest tot rust. **Hilde Broeckhove**. Bewust Bewegen. Ruimte Resonans. Zuidstationstraat 20. 9000 GENT. 0497 469 219. hilde.broeckhove@gmail.com - www.bewustbewegen.be

[W][AN] E Mei Daoyin, traditioneel Boeddhistisch oefensysteem. 18 tot 22/8. Zeer verfijnde en complexe oefeningen die uitermate geschikt zijn om de gewrichten te openen, spieren te ontspannen en interne kracht te ontwikkelen. **Jin Shen**. Buqi Institute Belgium. Koninklijk Atheneum Mortsel. Hof Van Riethlaan. 2640 MORTSEL. 03 281 0532 - 0486 931 122. sofie@buqi.net - www.buqi.net

[C][AN] Kennismakingslessen Taiji en Taijiwuxigong. Vanaf 6/9. Voel je beter, lichter, vrijer. Leer je lichaam beter kennen en efficiënter gebruiken door oefeningen die de spieren ontspannen en gewrichten openen. **Shen Jin, Shen Zhengyu, Sofie-Ann Bracke**. Buqi Institute Belgium. Julius de Geyterstraat 80. 2660 HOBOKEN. 03 281 05 32. sofie@buqi.net - www.chinesehealing.be Op verschillende locaties in Antwerpen, Gent, Brussel.

Quantum Touch®

Evolving Clarity

[W][VB] Quantum Touch: een aanwezige, ondersteunende aanraking! 24 tot 25/7. 9u30-17u. Via ademhaling, bewustzijn, aanraking ...je levensenergie bij jezelf en de andere opwekken en versterken, mét behoud van je eigen energie/kracht! **Liesbeth Michiels**. Evolving Clarity. Kadol 6. 1851 GRIMBERGEN. 0495 228 344. www.evolvingclarity.be

Evolving Clarity

[C][BR] Quantum Touch in Brussel. 14 tot 15/8. 10u-17u30. Quantum Touch is een techniek die een nieuwe dimensie toevoegt

[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

aan de kunst van handoplegging en die door iedereen aangeleerd en toegepast kan worden. **Arlette Vanhauw, Gérard Bour**. Chiness Centre. Graystraat 4. 1040 ETTERBEEK. 0474 269 862. www.chinesscentre.be

[W][VB] Quantum Touch: een aanwezige, ondersteunende aanraking! 21 tot 22/8. 9u30-17u. Via ademhaling, bewustzijn, aanraking ...je levensenergie bij jezelf en de andere opwekken en versterken, mét behoud van je eigen energie/kracht! **Liesbeth Michiels**. Evolving Clarity. Kadol 6. 1851 GRIMBERGEN. 0495 228 344. www.evolvingclarity.be

Reiki

Reiki
Encaustic
www.dezonnedrager.be

[W][VB] Reiki-inwijdingsweekend eerste graad volgens de Usui-tradtie. 10 tot 11/7. 10u-17u. Het weekend bestaat traditioneel uit 4 inwijdingen, je maakt kennis met de leefregels en leert jezelf en anderen een volwaardige behandeling geven. **Petra Welkenhuysen**. Reikihaacht. Stationsstraat 77. 3150 HAACHT. 0476 972 037. www.reikihaacht.be

[W][AN] Reiki 1 Inwijdingen. 14/8 en 15/8. 10u-17u. Tijdens dit weekend ontvang je de 4 Reiki-1 inwijdingen binnen de Usui-traditie en leer je hoe jezelf met deze krachtige vorm van Healing kan werken. **Griet Heylen**. Anam Cara. Centrum Rising Spirit. Langlaarsteenweg 45/1. 2630 AARTSELAAR. 03 488 52 24. www.AnamCara.be

Relatietherapie

[W][AN] Hoe krijg ik een ideale relatie!? 10 tot 11/7. 10u-16u30. Workshop voor singles waarin we kijken naar relaties met een ander én met jezelf. **Paul Bles**. De Kleine Bron. 2000 ANTWERPEN. www.dekleinebron.be

[W][LI] Echtgenoten/Echt-genieten. 3 tot 5/9. Een weekend voor jezelf en je partner om je (weer) meer open stellen voor elkaar, liefde te voelen stromen en een grotere verbondenheid te voelen. **Koos Broer, Jannie Broer-Grijzen**. Kasteel De Schans. Kasteelstraat 18. 3680 OPOETEREN. 089 62 92 62. www.kasteeldeschans.com

Relaxatie

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

[W][WV] Start to Relax. 8/9 tot 15/12. 9u30-11u. **Nele Vandezande**, relaxatietherapeut. Souldance. Overheulestraat 237. 8560 MOORSELE. 056 21 32 02. www.souldance.be

Restaurants & gastentafels

Avalon

[W][OV] Veggie BBQ in Avalon tijdens de Gentse Feesten. 23/7. 19u-23u. Een unieke gelegenheid om vrienden en familie te overtuigen van heerlijk vegetarisch eten. Chef Kevin barbecuet terwijl je geniet van ons terras! Restaurant Avalon. Geldmunt 32. 9000 GENT. 09 224 37 24. tine@restaurantavalon.be - www.restaurantavalon.be

[W][OV] Vegetarisch en gastronomisch dineren in Avalon. 3/9 en 4/9. Elke eerste vrijdag- en zaterdagavond van de maand kan je genieten van een uitgebreid gastronomisch, vegetarisch en biologisch diner. Reservatie vanaf 19u. Restaurant Avalon. Geldmunt 32. 9000 GENT. 09 224 37 24. tine@restaurantavalon.be - www.restaurantavalon.be

Seksuologie

[W][LI] Je seksualiteit als basis voor persoonlijke groei. 1 tot 6/8. Tijdens deze week ontwar je knopen die in de loop van je leven zijn ontstaan. Geef uiting aan je belevingen via ELW, bio-energetica en opstellingen. **Arend van Rietschoten**, psycholoog. Kasteel De Schans. Kasteelstraat 18. 3680 OPOETEREN. 089 62 92 62. info@kasteeldeschans.com - www.kasteeldeschans.com

Shiatsu

[W][OV] Spelen met Meridianen. 10 tot 13/7. 9u30-17u. Een reis doorheen het netwerk van de meridianen en de 5 elementen. Met Meridiaan Chi Kung, Yoga, zelfmassage en basis Shiatsu. Een cadeau voor jezelf! **Hilde Broeckhove, Dominique Respens**. Bewust Bewegen. Ruimte Resonans. Zuidstationstraat 20. 9000 GENT. 0497 469 219. hilde.broeckhove@gmail.com

Sjamanisme

[W][OV] Munay-ki initiaties. 10/7, 7/8 en 4/9. 13u-18u. Een energetische kwantumsprong in de menselijke evolutie. **Martine Claeren**. Mispelbilk 48. 9030 MARIAKERKE. 09 355 90 87 - 0474 477 114. www.martineclaeren.be

Avalon
Organic Vegetarian Cuisine
LUNCHRESTAURANT - KOOKSTUDIO - CATERING
Neem een kijkje op de website voor meer informatie over onze
kooklessen & cateringactiviteiten
Restaurant open van ma-za van 11u30 tot 14u30
www.restaurantavalon.be - Geldmunt 32, 9000 Gent - Tel. 09/224 37 24

[W][OV] Munay-ki initiaties. 12/7, 9/8 en 6/9. 13u-18u. Een energetische kwantumsprong in de menselijke evolutie. **Martine Claeren**. Reibroekstraat 58. 9940 EVERGEM. 09 355 90 87 - 0474 477 114. www.martineclaeren.be

www.AnamCara.be

[W][BT] Sacred Burial - sjamanistische 4 daagse. 22 tot 25/7. 18u-16u. De Sacred Burial is een oud ritueel waarin je je eigen graf graaft om je te openen voor healing, transformatie of als Vision Quest in de Aarde. **Roel Crabbé**. Anam Cara. La Ferme du Bois-le-Comte. Bois-le-Comte 1. 6823 VILLERS-DEVANT-ORVAL. 03 488 52 24. www.AnamCara.be

www.owc.be

[W][WA] Seven Souls - Soul Healing & Trancedance. 27/7 tot 1/8. Seven Souls zal talrijke geest/lichaam-technieken (Trance-Dance, Soul Healing) gebruiken als een manier om toegang te verkrijgen tot verschillende niveaus van sjamanistische 'trance', waardoor het mogelijk wordt visionaire reizen te dupliceren. **Wilbert Alix**. Oost West Centrum. La Ferme du Bois-le-Comte. Bois-le-Comte 1. 6823 VILLERS-DEVANT-ORVAL. 03 230 13 82. www.owc.be

[W][BT] Sacred Burial - sjamanistische 4 daagse. 5 tot 8/8. 18u-16u. Een oud ritueel waarin je je eigen graf graaft om je te openen voor healing, transformatie of als Vision Quest in de Aarde. **Roel Crabbé**. Anam Cara. La Ferme du Bois-le-Comte. 6823 VILLERS-DEVANT-ORVAL. 03 488 52 24. www.AnamCara.be

[W][A] Sjamanistische helingstechnieken. 7/8. 10-17u. Deze dag gaan we hieromtrent enkele sjamanistische technieken leren die je kan toepassen in je leven van alledag en in je contact met anderen. **Agnes Defillet**. Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 Antwerpen. 03 230 13 82. www.owc.be

[W][AN] Sjamanistisch weekend met Drolma " Opening van het Hart". 19 tot 22/8. Zweethut en Ceremonies, omgaan met zwaarbeladen emoties, de transformatie naar een diepere zelfkennis, het openen van ons Hart om de ware liefde te ontmoeten. **Magali Saccazes.** Koningsteen. Oxdonkstraat 168. 2880 KAPPELLE-OP-DEN-BOS. 0475 775 777. infohemaa@yahoo.fr - www.koningsteen.be In het Frans.

Spiritualiteit

SPIRITUELE HOME PARTY
Symbolic
WWW.SYMBOLIC.BE

[W][WA] Leven vanuit je ziel - zomerworkshop. 11 tot 14/8. Deze workshop biedt je praktische tips die je elke dag kan toepassen om een steeds groeiende relatie met je ziel te ontwikkelen. **Tom Monte**. Oost West Centrum. La Ferme du Bois-le-Comte. Bois-le-Comte 1. 6823 VILLERS-DEVANT-ORVAL. 03 230 13 82. www.owc.be

T'ai-Chi-Chuan

[W][AN] Taiji zwaard, evenwicht tussen ontspanning en concentratie. 16 tot 18/7. Verbeter jouw concentratie en lichaamshouding. Sta steviger op je benen te staan, word krachtiger en vind evenwicht tussen lichaam en geest. **Zhengyu Shen**. Buqi Institute Belgium. Koninklijk Atheneum Mortsel. Hof Van Riethlaan. 2640 MORTSEL. 0475 810 620. sofie@buqi.net - www.taijicentrum.org

Tantra

[W][A] Tantra; zijns- aspect. Of... het zijns aspect van tantra. 17/7. 10-17u. Een dag om in diepe ontspanning en vertraging de bewegingen in jezelf waar te nemen: op energetisch-lichamelijk-spiritueel-aards vlak. **Lenaleen Waignein**. Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 Antwerpen. 03 230 13 82. www.owc.be

[W][WA] De kunst van liefhebben - tantra voor koppels. 23 tot 30/7. Koppels krijgen een volledig nieuw inzicht in seks, en de relatie tussen seks en liefde. **Bart Denys, Ilse Philips**. Kasteel van Frandeux. rue des Pélerins 4. 5580 FRANDEUX. 0479 279 403. www.liefhebben.be

[W][LI] Tantra vakantieweek. 25 tot 30/7. In deze vakantieweek ontmoet je jezelf in een proces van leren geven en ontvangen. Tantra is communiceren via jouw levensenergie. **Arend Van Rietschoten**, psycholoog. Kasteel De Schans. Kasteelstraat 18. 3680 OPOETEREN. 089 62 92 62. www.kasteeldeschans.com

The Reconnection®

[W][AN] The Reconnection. 10 tot 13/7. Reconnective Healing: méér dan wat er tot nu toe beschikbaar was op aarde. **Doug De Vito**. Bliz Events. Lindner Hotel. Lange Kievitstraat 125. 2018 ANTWERPEN. 0031 35 888 4628. www.blizevents.com

Vastenkuren en onthouding

[C][WA] Vasten en wandelen op de Eau d'heure. 17 tot 23/7, van 21 tot 27/8. Vasten en wandelen (Water- & groentesap-

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

vasten) op de Eau d'heure, leren over voeding en levend voedsel (in het Engels). **Mark Tucker**. Lakes of l'Eau D'Heure. 6440 VERGNIES. 0497 921 911. www.vasten-en-wandelen.eu

Vrouwelijkheid-mannelijkheid

[W][AN] Het Elixir Vrouw. Zomer5daagse. 23 tot 27/7. 19u-17u. Nooit eerder voelde vrouw zijn zo goed! Kom de kunst leren van genieten, van ontvangen, van sensueel vrouw zijn. Ontwikkel de durf om vervuld te leven. **Leen Huysman**. Zomerhuis. Het Lotushuis. Zoerleberg 30. 2260 WESTERLO. 03 646 63 43. www.zomerhuis.be

[W][LI] Vrouwen op verlof. 8 tot 13/8. Eindelijk verlof van alle verwachtingen en verplichtingen om open te staan voor je eigen kracht en vrouwelijke energie. **Diana van Rietschoten**. Kasteel De Schans. Kasteelstraat 18. 3680 OPOETEREN. 089 62 92 62. www.kasteeldeschans.com

Yoga

[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. Shantiyogaflow. 3010 KESSEL-LO. 0473 934 803. www.ShantiYogaFlow.be

[C][OV] Dru Yoga. Elke maandagavond. 19u30-21u. Met zachte, vloeiende bewegingen, leer je je lichaam en geest ontspannen. **Lieve Van Hoeteghem**. Yalu. Land Van Waaslaan 101. 9040 GENT. 0496 749 019. www.yoga-aandacht.blogspot.com

[W][BT] Mindfulness yoga op Lesbos. 26/7 tot 2/8. Fysieke en meditatieve aspecten van yoga worden verenigd om innerlijk evenwicht, levenskracht en wel-zijn te creëren met de natuur als meerwaarde. **Lut Van Melle**. Lut Van Melle (Rosanja). 811 08 MOLIVOS. Griekenland. 055 21 31 45. lut@rosanja.be - www.zijnsdans-danszijn.be

[W][OV] Tao Yoga en Yzerenhemd Chi Kung. 31/7. 10u-17u. Goed leren ademen, gronden en meditatief bewegen. Oefeningen uit het Universal Healing Tao systeem van M.Chia die je vitaliteit onmiddellijk verhogen. **Hilde Broeckhove**. Bewust Bewegen. Ruimte Resonans. Zuidstationstraat 20. 9000 GENT. 0497 469 219. hilde.broeckhove@gmail.com

[W][VB] Yoga-crea-natuur: vakantiestages. 2 tot 4/8, van 9 tot 13/8 en van 16 tot 20/8. 10u-16u. Natuuravontuur voor kinderen van 4-12 jaar. Opvang voor en na is mogelijk. **Leen Demeulenaere**. Kreakatau. Putstraat 4. 3060 KORBEEK-DIJLE. 016 47 06 49. www.kreakatau.be

[W][WV] Kinderyoga Zomerweek. 16 tot 20/8. 9u-16u. Het grote yoga avontuur voor kinderen. Op vrijdagnamiddag familieyoga. **Emmy Wyseur, Annelies Vandewiele**. Souldance. Overheulestraat 237. 8560 MOORSELE. 056 21 32 02. www.souldance.be

[W][VB] Lach-Yoga voor senioren. 1/9. 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][VB] Lachacademie - Lach-Yoga voor senioren. 1/9. 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**. Ter Borre. Sint-Amandsplein 7. 1853 STROMBEEK-BEVER. 02 582 27 92. wiske@wiske.net

[W][VB] Yoga. 1/9 tot 15/12. 19u-20u. Yoga is de eenheid van het lichamelijke, het mentale en het spirituele. Kom mee yoga doen, op zoek en op weg naar innerlijke rust en kracht. **Chris Van Meeuwen**. La Riposa. Warotstraat 54. 3020 VELTEM-BEISEM. 0474 874 242. www.lariposa.be

Zang & stem

[W][VB] Circle of sound. 11/7. 10u-12u. Zingen vanuit het hart. Samen zingen, verbinden, musiceren en genieten. Geen muzikale voorkennis nodig. **Els Cuypers**, zangcoach. Vzw You. Drielindenbaan 18. 1785 MERCHTEM. 0478 254 832. www.zangworkshops.be

[W][WA] Ontdek de verbindende kwaliteiten van muziek! 21 tot 27/8. Zingen met hart en ziel in de Ardennen! Ervaar verbinding met jezelf, de ander, de samenleving en de natuur (de bron) via muziek. Geen ervaring nodig. **Els Cuypers**, zangcoach. Boda. nl. 6941 HEYD. 0478 254 832. www.zangworkshops.be

Zuiveren & beschermen

[W][AN] Zomerworkshop gevitaliseerd water. 12/8 (19u30-21u30) of 21/8 (11-17u). Wat is gevitaliseerd water en hoe kun je levenslang genieten van water dat is opgeladen met de weldadige en helende energie van edelstenen? **Suze Besseling**. Hannah Cesar. Steenweg op Antwerpen 7. 2300 TURNHOUT. 014 55 68 56. www.hannahcesar.com

EZUMA
Wellness centrum
Massages
Medische voetverzorging,
kuren en baden
Rita Laurijssen
(gezondheidsadviseur)
Eeuwfeeststraat 24
3300 Tienen
0479 798 780
rita.laurijssen@hotmail.com
€ 5 korting met deze bon

[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

Fitness als medicijn

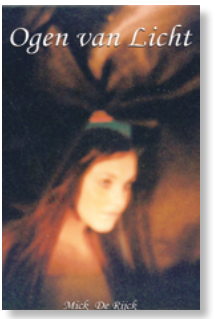
Yves Devos

Of je nu gezond bent of ziek, regelmatig bewegen is van cruciaal belang voor een zo hoog mogelijke levenskwaliteit. Als antwoord op het stijgende aantal mensen met chronische aandoeningen als hart- en vaatziekten, CVS, fybromyalgie, artrose en diabetes en mensen die kanker hebben of hebben gehad, heeft fitness-specialist Yves Devos een even origineel als doeltreffend middel op punt gesteld: fysiofitness, een combinatie van manuele therapie, medische trainingstherapie en fitnessoefeningen.
(320 p. Standaard Uitgeverij)
www. fitnessalsmedicijn.be

De glimlach v/d ziel

Naomi Apachi

In De glimlach van de ziel neemt Naomi Apachi de lezer mee naar een wereld die onsterfelijk is. De ziel van zowel mens als dier is een prachtig lichtwezen dat uit vorige levens telkens een aantal positieve en negatieve ervaringen meeneemt. Wie de ziel begrijpt, zal het leven beter begrijpen. Waarom maak je bepaalde dingen mee in je leven en wat is het doel ervan ? Waarom is het belangrijk uit negatieve ervaringen ook iets positiefs te leren ? Hoe haal je het maximum uit je leven ? Hoe krijg je contact met een dierbare overledene en ga je het best om met verlies ? En hoe kun je ervoor zorgen dat een ziel aan gene zijde (het hiernamaals) over je waakt en ook trots op je is, zodat je innerlijk een glimlach van die dierbare kunt ontvangen?
(Standaard Uitgeverij)
www.naomiapachi.be



Licht op schaduw

Debbie Ford

Neale Donald Walsh verwoordt het prachtig in het voorwoord: Licht op schaduw leert je vriendschap te sluiten met jezelf. Met je héle Zelf, dus ook met je 'duistere' kant. Dat zijn alle eigenschappen en gevoelens die een wezenlijk deel zijn van je karakter, maar die je veroordeelt en onderdrukt, zoals woede, luiheid, jaloezie of arrogantie. Tegen het licht gehouden blijken ze vaak helemaal niet zo slecht of negatief te zijn. Voor een workaholic is een beetje luiheid eigenlijk wel goed en wie erg onzeker is, kan wel wat arrogantie gebruiken. Evenwicht is het toverwoord en dat bereik je volgens Ford alleen als je jezelf verlost van angsten en vooroordelen. (224 p. Servire)

Ogen van licht

Mick De Rijck

In 'Ogen van licht' kijkt Ilyan, een Boomenergie, zonder zintuigelijke of rationele begrenzingen naar ons, mensen. Het boek gaat over de Kracht van de natuur en de enorme mogelijkheden tot geluk, over channelen en leven in onze spirituele dimensie.
(201 p. Dryade)

Johannes
Boekhandel
dé referentiezaak voor levensbeschouwelijke literatuur
www.johannes.be
Alfons Smetsplein 10 - Leuven - 016-229501 - info@johannes.be

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

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.

Training in Psychospiritueel werk Orientatiejaar , start donderdagavond 16 september 2010. Een reis in en doorheen jouw Essentiele kwaliteiten. www.psychospiritueelwerk.com

T'ai Chi en Spiritualiteit in Maaseik * T'ai Chi voor beginners dinsd. 21.00u-22.30u of donderd. 10.30u-12.00u (gratis proefles 7 sept.)* Lessen in Bewustwording maand. 20.00u-22.00u * Klankmeditaties * Spiritueel Consult. Meer info: www.innersource.be

Ria Blondeel Br Parapsycholoog Medium kaarten. Ik leg de tarot, kleine en grote lenormandkaarten enz. engelenkaarten. Ik ben reiki-master en geef reikiinwijdingen. Geef healingen meditatie en visualisatie, Bach-en limanbloesems, engelenessences, meesteressences, en engelen-kristallen, Ik geef allerhande cursussen in privee nl kaartleggen-tarot Beline en grote en kleine lenormand, pendelen. Ik ben docente light-body waar ik ook deze cursussen van geef. Tel. 03 233 27 56 www.ria blondeel.org e-mail ria.blondeel@telenet.be

Klassieke uurhoek-astrologie Basismodule van de opleiding klassieke astrologie, te Antwerpen. 7 zaterdagen, vanaf 2/10/10. Max. 12 deelnemers. Info: www.hervaro.be

Groeijaar - Waar de Zon de Maan ontmoet Evenwicht mannelijk/vrouwelijk in je. Groei halen uit spannningsveld en liefde met mannen/vrouwen. Kracht van archetypes-Kundalini-Meditatie-Rituelen-Zelfstandigheid en relatie-Liefde en kracht. Vanaf 14 september, tweewekelijks op dinsdagvoormiddag of avond. 015 52 02 57. www.maancirkel.be

Opleiding: Koken... Natuurlijk! Met Tine Tomme, Kevin Storms en Marijke De Coninck. In deze opleiding vegetarisch koken maken we kennis met de vegetarische keuken in al zijn aspecten. We leren hoe je gevarieerd en evenwichtig kan koken. We leren over energie in de voeding. 10 dinsdagen van 10u tot 17u vanaf 12 oktober 2010. Restaurant Avalon. Geldmunt 32, 9000 Gent. 09 224 37 24 of tine@restaurantavalon.be

Zin om zelf aan de slag te gaan als reflexoloog? Cursus verspreidt over 5 vrijdagen, start 1/10 Schoten of zaterdagen, start 9/10 Dendermonde. Ben je al reflexoloog en wil je meer verdieping in een bepaalt stelsel? 11/09 bloed, bloedsomloop en lymfestelsel, 04/12 ademhalingsstelsel. Info 0487 328 730 of www.voetreflexologienationaal.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

Energetix magneetsieraden. Wij zoeken in Nederland en Belgie distributeurs (part-/fulltime) voor de verkoop van Energetix magneetsieraden (www.energetix.be) 0031 180 390 299.

Huidverzorging & massage Huidverzorging met 100 % biologische producten Etiney Cosmetics, BDIH keurmerk, door ervaren schoonheidsspecialiste, ook bij huidproblemen. Massagetherapeute: anti-stress massage, shiatsu stoelmassage, reiki, voetreflex, lymphedrainage, hot stone massage, massage met warme edelstenen www.artemis-schoonheidsinstituut.be

Herbronnen

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.

Handel over te nemen Alternatieve boekhandel + new-age artikelen. Wegens pensionering. Vraagprijs € 55000,- Tel.: 015 433 473

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

(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

Ecologisch dorp gelegen in de streek van de Cathare. Domein des Fans in Azille (Aude) ACTERRE = gezamelijk project, de mens heeft zijn vitale ruimte meer dan nodig, via een gezond lichaam en een gezonde geest, dit wordt verwezenlijkt door een ecologisch project met o.a. landbouw, woningen. Residentiële villa's en vakantiewoningen bestaande uit hout/stro/aarde vanaf 168.000 € oppervlakte 400 m² living 30 m² + keuken + 2 kamers + terras. In een boerderij - Ruimte voor bed & breakfast 600 m² te renoveren - Ruimte biologisch restaurant - Ayurvedisch centrum + andere therapieën: 400 m² te renoveren. Ter beschikking: zwembaden + park met bomen beplant + wijngaarden en biologische tuinen op 3 hect. + wellnesscentrum sauna hammam. Voor meer inlichtingen: info.acterre@gmail.com +33 (0) 603 238 902

Spiritualiteit

In dialoog met het Rozenkruis: voordracht op 27/9 in Mortsel Reeks gespreksavonden door het Lectorium Rosicrucianum, de Internationale School van het Gouden Rozenkruis. Info: info@rozenkruis.be www.rozenkruis.be 09 225 43 16

De anatomie van het bewustzijn: symposium op 25/9 in Gent Dit symposium wil enkele gezichtspunten naar voor brengen die verband houden met een hogere levensrealiteit. Bewustzijn speelt hierin een sleutelrol. Info: info@rozenkruis.be www.rozenkruis.be 09 225 43 16

Te huur

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

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

Rosanja biedt mooie praktijkruimte te huur aan professioneel (manueel)therapeut(e) op zelfstandige basis met engagement binnen het Rosanja-team. Vanaf sept.2010 2 1/2 dag/week. Info: Lia Verrees 0485 824 103

Therapieën

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

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.

Tocht naar de bron. Therapeutische groep door vrouwen voor vrouwen en mannen die wezenlijke stappen willen zetten, die bereid zijn zichzelf te zien in de spiegel die de anderen zijn, en heling zoeken in verbinding. Vanaf 28/9. Cultureelcentrum Berchem, Driekoningenstraat 126. Info: Freya Van Den Bossche 0473 91 98 77 en Tris Gilis 0486 086 240.

Energetische stressreductie Combinatie van mindfulness, biorelaxatie en fytotherapie met regulerend effect op je energiebalans. Info: Daphne Breedveldt op www.rosanja.be

Vacatures

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

Vacature coördinator Oost West Centrum Antwerpen. Hij/zij neemt de eindverantwoordelijkheid voor administratieve en organisatorische taken verbonden aan het Antwerpse centrum. Info: www.owc.be

Onthaal- & administratief medewerker (m/v) Hij/zij verzorgt de praktische organisatie van het verblijfscentrum; van voorbereiding tot opvolging van alle groeps- en gastenreservaties. Locatie: La ferme du Bois-le-Comte, Villers-devant-Orval Info: www.boislecomte.be

Verdelers gezocht. Wij zoeken schoonheidsspecialistes en huidtherapeuten, natuurartsen e.d. om te werken met hoogwaardige biologische cosmetica, Etiney Cosmetics, BDIH-keurmerk, en om onze producten te verkopen. Excellente resultaten, ook bij huidproblemen! Opleiding voorzien, ook homeparties mogelijk. Christinehuybrechts@skynet.be

Vakantie

Dru Yoga & Mindfulness in relax vakantie! Dru Yoga in de Auvergne 24-30/7 en complete Mindfulness training en Dru Yoga op Lesbos 20-27/9. Info: 0496 749 019 www.yoga-aandacht.blogspot.com

Varia

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.

Synergio brengt je in contact met personen werkzaam in het energetisch veld, opleidingen en producten die je anders helpen denken, voelen, fysisch ervaren, door je (levens)energie terug in evenwicht te brengen. www.synergio.be

Lieve puppy (5 maand) Stafford zoekt alternatieve lieve baasjes, regio Antwerpen-Limburg. Info 03 575 08 42.

Naturopathica

Belgische Beroepsvereniging voor Naturopaten
Wettig erkende beroepsvereniging

Aan iedereen hartelijk welkom
op ons negende Nationaal congres.

Jubileumcongres
2 oktober 2010
10 jaar Naturopathica en 5 jaar
wettig erkende beroepsvereniging

4 topsprekers hebben het over :

Inner Change - outer range
"Innerlijke verandering voor een groter bereik"

1. **Toekomst als een maatschappelijke evolutie in verandering**
2. **ADHD-medicatie: medische megablunder**
3. **Leonardo : passend onderwijs voor hoogbegaafde kinderen**
4. **Z!N : Over Leven in de 21° eeuw**

info en inschrijven op www.naturopathica.be

Wiltshire Crop Circle
Study Group

GRAANCIRKEL-
KALENDER 2011

Deze magnifieke kalender toont 80 adembenemende foto's van de mooiste graancirkels die de voorbije tien jaar zijn verschenen in Engeland! Het is tevens een introductie tot het fenomeen.

Ontvang hem bij u thuis voor € 19
(inclusief portkosten - België. Nederland: € 24)

Stort het bedrag met de vermelding «Kalender 2011» op rekeningnummer 363-0341596-02 van :

Uitgeverij ACCORDIA • Maaltebruggestraat 156a
9000 Gent • 09 330 84 30

Alle info: www.agendaplus.be/kalender2011

Nu te koop in de dagbladhandel

www.luckmagazine.be

Kasteel De Schans

Kasteelstraat 18 • B - 3680 Opoeteren • Postbus 10413 • NL - 6000 GK Weert

Cursuscentrum voor persoonlijke ontwikkeling en bezieling

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

Vakantieavontuur 2010

Kijk op
www.kasteeldeschans.com
voor het gedetailleerde programma.
Of bel **+32-(0)89 629262**
voor meer informatie.
Ontdek op de website ook onze unieke trainingen.

Kasteel de Schans
Waar iedereen je naam met respect uitspreekt