



21 december 2019

Winterwende

Keerpunt van de zon; vanaf ver voor onze jaartelling een dag met rituele kracht.

Tijd om je naar binnen te richten: wat vraagt om aandacht?

Waar gaat je verlangen naar uit? Wat mag opgeruimd?

Mindfulness, compassie en Systemic Ritual®



Wat en hoe?

Mindfulness om je lijf beter te voelen en te kunnen luisteren naar wat het vertelt. Compassie om met open hart naar jezelf en anderen te kijken: *we zijn allemaal mensen*.

Oefeningen en rituelen met het levenswiel om een andere manier van weten uit te nodigen. Minder denken, luisteren naar je zintuigen, de signalen van je lichaam en je intuïtie. Ruimte voor je innerlijke wijsheid.

Aan het einde van de dag is je hoofd opgeruimd en je lijf gegrond. Klaar om de winter / kerstvakantie in te gaan.

Zaterdag 21 december

Van 10.00 tot 17.00, inloop vanaf 9.45 uur
[Cavas Rotterdam](#), Nieuwe Binnenweg 75 C

Kosten € 95,00 ex btw

Betaal je privé, dan is de btw inclusief

Meedoen? Je bent van harte welkom!

Meer info en aanmelden alice@wndrln.nl

Wie is Alice Wiegiers? Lees het [hier](#)



W.N.D.R
L'ND

JUST WONDER