



HET
ZONNEKLASJE
HEEFT
EEN NIEUWE
NAAM!

Activiteiten
die je rust
doen vinden
bij jezelf



IK DURF TE STRALEN!

voor
volwassenen
met
voelsprietten

UITNODIGING

Workshop volwassenen • 28 januari & 4 februari 2018

Lieve mensen,

Wil je kinderen begeleiden **vanuit het hart**?

Heb je het **soms moeilijk** (vb. door stress, te veel gedachten, zorgen, onrust)?

Wil je tools om **beter bij jezelf te blijven**?

Herken je je hierin?

Dan zal onze tweedaagse workshop je zeker aanspreken.

Deze dagen helpen je om dicht bij jezelf te komen, je op te laden en te stralen!

Wat doen we?

Tijdens deze workshop ontdek je wat de **essentie** is van Zon-Zijn activiteiten.

We leggen de link tussen lichaam en geest en doen samen oefeningen die de intuïtieve ontwikkeling stimuleren, o.a. lichaamsbeweging, ademhalingsoefeningen, energetische oefeningen, mindfulness, visualisatie, massage, creativiteit,...

Door **zelf in de ervaring te gaan** voel je wat dit met jou doet en wat dit met de kinderen doet.

Vanuit deze beleving kan je na de workshop mee helpen zaadjes planten binnen je gezin, op school, in een kinderopvang,... om kinderen te laten zijn wie ze zijn.

We laten de kinderen spelenderwijs contact maken met **de zon in hun hart**.

Ze bloeien op hun tempo open om stralende kinderen te zijn.

Op die manier ondersteunen we hen om hun eigen kracht te vinden en te ervaren.

'Gewoon gelukkig Zon-Zijn'

Positieve effecten

- Meer **hier en nu aanwezig** zijn
- Jezelf aanvaarden zoals je bent
- Op een liefdevolle manier met elkaar omgaan
- **Verandering van binnenuit** op je eigen ritme
- Eigen grenzen en die van andere respecteren
- Vanuit je **innerlijke kracht** in het leven staan



Praktisch

Datum: zondag 28 januari en 4 februari, van 10u tot 17u

Locatie:

- Bij voldoende inschrijvingen: HuisElf, Kakemanstraat 11, 9280 Lebbeke
- Bij een kleine groep: Haan 40/1, 1840 Steenhuffel

Prijs: 195 euro (syllabus, drank, versnaperingen en vegetarische lunch zijn inbegrepen)

Info & inschrijvingen: info@zon-zijn.be

Vermeld in je mail jouw naam, adres, telefoonnummer

Na inschrijving krijg je de bankgegevens voor de betaling

Getuigenissen

Door op deze (h)eerlijke wijze met kinderen om te gaan blij ik de smaak van het leven proeven. Het zaad in mijn hart ontkiemt met dat van de kinderen.

Mijn innerlijke kind wordt geëerd door te 'zijn' en te begeleiden tijdens de Zon-Zijn activiteiten.
Liev

Assisteren tijdens de Zon-Zijn activiteiten betekent voor mij verwondering beleven, voelen, zien en horen hoe kinderen langzaam en zeker **openbloeien**. Het raakt me telkens weer opnieuw wat zo'n namiddag met hen doet, rust vinden in zichzelf, talenten ontplooien, **verbinding maken** met zichzelf en de andere kinderen, harmonieus en met een vredig gevoel over zichzelf.

Assisteren tijdens de Zon-Zijn activiteiten geeft mij heel veel voldoening en bezorgt mij steeds heel veel vreugde en telkens opnieuw word ik geraakt in mijn ziel. Ik ervaar hierdoor zelf meer innerlijke rust en enthousiasme om dit elke keer weer opnieuw te kunnen en mogen beleven.

Een Zon-Zijn activiteit **opent ook mijn hart** telkens weer een beetje meer en geeft me het besef dat ik ontzettend veel van de kids kan leren. Hartverwarmend.

Ik ga steeds innerlijk rijker naar huis met een vredig en blij gevoel over mezelf.

Namasté. Sabrina

Ik beleefde de workshop als **thuiskomen**.

Thuiskomen binnen je eigenste kern en dit in sterke verbinding met de anderen.

De Zon-Zijn energie is de **pure liefde** ervaren waarbij ieder individu mag stralen, met zijn eigen kleuren, zoveel hij kan en wil.

Alles mocht er zijn, fantastisch toch? Jij die dit nu leest, **jij bent helemaal ok zoals je bent!**

Wil je dit helemaal voelen en ervaren, schrijf je dan zeker in voor de volgende workshop!

Namasté. Liefs, Sophie.

Ik mag zijn wie ik ben en jij mag zijn wie jij bent

**Ik durf te stralen!
Doe jij mee?**

Katleen & Saskia



www.zon-zijn.be

