



Ouders van Verongelukte Kinderen

Live sessie 'eenvoudige mediteren' te Roeselare op zaterdag 19 februari

Beste ouder,

In deze nog steeds spannende tijden is het loslaten van stress en tot rust komen hard nodig.

Nu het opnieuw mogelijk is om 'live' ontmoetingen te organiseren nodigen we je dan ook heel graag uit voor een live sessie 'eenvoudig mediteren'.

Meditatie wordt meer en meer erkend als 'natuurlijk medicijn', een 'gezondheidspraktijk' voor lichaam en geest.

Meditatie is eenvoudig, praktisch en iedereen kan het leren. Tegelijk een weldaad voor iedereen die zich ervoor open kan stellen.

Tijdens deze sessie voorzien we ruimte voor oefenen, beantwoorden van vragen, uitwisselen tussen de deelnemers, en het aanreiken van helpende handvaten.

Wanneer: zaterdag 19 februari; we starten om 10u en ronden af om 12u30

Praktisch: makkelijke kledij en een matje of dikke handdoek

Adres: **Dienstencentrum ten Elsberge, Beverseardeweg 29, 8800 Roeselare (Zaal Rinus)**

Ann Van Hecke, die eerder de online meditatie begeleidde, zal ook deze sessie zorgzaam begeleiden.

Van harte welkom!

Rekening houdende met de coronamaatregelen is inschrijven noodzakelijk; graag je inschrijving bevestigen middels een berichtje of telefoontje GSM Annita: 0499/901003; mocht je verhinderd zijn graag een seintje.

Met vriendelijke groeten,
Voor het LCT West-Vlaanderen,

Annita Van Gucht
Regionale coördinator lotgenotenwerking
0499/901003