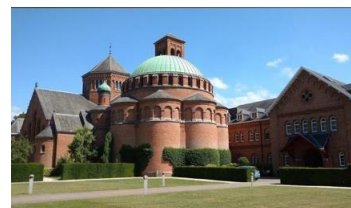


Lente Retraite: “Herbronning en Vernieuwing” 1- 4 mei 2025

Ervaar in alle rust en stilte de NIEUWE Lente Retraite
“Herbronning en Vernieuwing”
van donderdag tot en met zondag 1-4 mei '25.








Een unieke uitnodiging

Gun jezelf een moment van rust en innerlijke transformatie tijdens onze lente retraite “Herbronning en Vernieuwing”. Deze Lente retraite wordt georganiseerd door Anja Coppens en Gerald Westhoff die samenwerken om een ruimte te creëren waarin stilte, groei en hernieuwde inspiratie centraal staan.

De lente is hét seizoen van groei en vernieuwing. Dit maakt het de perfecte tijd om je innerlijke bron te voeden en los te laten wat jou niet meer dient. Tijdens deze retraite bieden we een geborgen en serene omgeving waarin je diep kunt herbronnen en nieuwe energie kunt opdoen.







Waarom deelnemen?

-  **Innerlijke rust:** Ontsnap aan de drukte van het dagelijks leven en ervaar diepe ontspanning in de prachtige en spirituele omgeving van de abdij.
-  **Herbron en verfris:** Verbind je opnieuw met jezelf en vind een hernieuwd gevoel van helderheid en focus.
-  **Groei en transformatie:** Laat oude patronen los en maak ruimte voor nieuwe inspiratie en inzichten.
-  **Verbondenheid:** Ontmoet gelijkgestemde mensen die dezelfde behoefte hebben aan verdieping en hernieuwing.
-  **Lente-energie:** Gebruik de kracht van de lente om je innerlijke balans te herstellen en je voor te bereiden op een nieuw seizoen van groei.

Wat kun je verwachten?

Ons programma is zorgvuldig samengesteld om je te ondersteunen in een diepgaand proces van herbronning en vernieuwing. Hieronder een greep uit de activiteiten en sessies die worden aangeboden:



-  **Geleide meditaties:** Breng lichaam en geest tot rust met dagelijkse meditaties in een sfeer van stilte en bezinning.
-  **Reflectiemomenten in stilte:** Gebruik de serene omgeving van de abdij om tot jezelf te komen en vernieuwde inzichten te krijgen.
-  **Sessies over herbronning en vernieuwing:** Inspirerende sessies waarin je leert hoe je oude patronen kunt loslaten en jezelf opnieuw kunt verbinden met jouw kern.
-  **Natuurwandelingen:** Geniet van de rustige abdijs tuinen en de omringende natuur terwijl je je innerlijke rust verdiept.
-  **Groepsgesprekken:** Deel je ervaringen en ontvang steun in een warme, veilige groep.
-  **Creatieve expressie** om energie te laten stromen.

Praktisch:

Verblijfsduur van donderdag t/m zondag, 1 t/m 4 mei '25:
Aankomst donderdag tussen 10-12 uur met daarna lunch;
Vertrek zondag na de lunch en afronding rond 15 uur.



Tarief:

Inclusief verblijf & maaltijden (logies) gedurende de hele periode: €495 per persoon.

Inbegrepen in de kostprijs:

Overnachtingen in de rustieke Abdij in een kamer alleen (of gedeeld als je wilt).
Maaltijden (ontbijt, lunch en avondmaal) - laat eventueel uw dieetwensen weten.
Doorlopend water, koffie, thee, fruit en gezonde versnaperingen.
Alle groepsactiviteiten en begeleiding.

Aanmelden:

Mailen naar hallo@poweryourstillness.be of info@nondualbiodynamics.com

Het aantal plaatsen is beperkt, wees er dus snel bij.

Voor meer **info** www.poweryourstillness.be / www.nondualbiodynamics.com

Bel of bericht/ Anja **+32 (0)474 52 37 33** / Gerald **+32 (0)468 22-26-22**

'In Diepe Stilte is er iets in Mij dat verbindt met Jou en iets in Jou dat verbindt met Mij.'

