



Take Care of Yourself

Voor mensen met stress, burn out, slapeloosheid, of die heel gevoelig zijn, en/of moeite hebben met grenzen aan geven enz.

Dit is echt zorgen voor jezelf, middels meditaties waarin je o.a. leert:

- * je aura schoonmaken en opladen;**
- * jezelf verstevigen en je energie ankeren;**
- * jezelf dieper verbindt en in balans blijft**
- * hoe je jezelf krachtig maakt en houdt;**
- * hoe je met je krachtdier werkt**
- * hoe je jezelf beschermd**

Op woensdagavond 29 maart start deze reeks. 1 x per 2 weken 7 avonden. Het is van 19.15 - 21.30 uur.

Voor: beginners, of mensen die meditatie ervaring hebben. Een proefles is mogelijk. Heb je interesse, laat het me weten.

Het bedrag is 16 euro per avond.

Adres: Landbouwstraat 76, Amsterdam

Marijke ten Hengel, telefoon nummer: 06 20829476

E-mail: marijke@oorsprongnu.nl, Website: www.oorsprongnu.nl