



Huis van Aandacht

Opening HUIS VAN AANDACHT

Zondag, 10 december 2017

| | |
|-----------|--|
| 10.00 uur | opening met een drankje Welkom en rondleiding |
| 11.00 uur | meditatie (15 min, kleine oefening) |
| 11.15 uur | vrij rondkijken |
| 11.30 uur | workshop stenen schilderen (mandala) |
| 12.30 uur | lunch |
| 13.00 uur | meditatie (15 min) |
| 13.15 uur | workshop creatieve meditatie |
| 15.45 uur | lezing: "Rust, Ruimte, Aandacht" |
| 16.30 uur | pauze met koffie/thee vla |
| 17.00 uur | workshop creatief mediteren in stilte |
| 18.00 uur | meditatie 30 min |
| 18.30 uur | vegetarisch eten |
| 19.00 uur | meditatieve afsluiting |