



Maandag 4 mei – vrijdag 8 mei 2015

## “Op Reis” Try-out midweek

Locatie: Meeuwenveen Havelte (Drenthe)



## Deelnemen aan de midweek van maandag 4 mei t/m vrijdag 8 mei?

Je kunt je aanmelden voor deelname door te mailen naar:

- Iris: irisportier@gmail.com
- Monique: moniquedekunstjuf@gmail.com

### Deelname kost € 250,- incl. de maaltijden, koffie, thee.

De workshops zijn gratis, en de kosten voor de materialen zijn bij de prijs inbegrepen. De prijs is op basis van een kamer voor 2 personen. Een kamer voor jezelf alleen is slechts beperkt mogelijk met een toeslag van € 100,-

Het budget laat geen grote luxe toe, de maaltijden zijn eenvoudig maar lekker.

Wil je een kamer delen met iemand die niet deelneemt aan de workshops, dan betaalt die persoon ook het bedrag van €250,- want de workshops zijn deze keer gratis.

Wij vragen je om bij aanmelding een bedrag van € 150,- te storten op rek. nr. NL22INGB0003026703 tnv Iris Portier.

Zodra we het geld ontvangen hebben, ben je ingeschreven. Het resterende bedrag betaal je á contant bij aankomst op de locatie.

Het is mogelijk om kinderen boven de 12 jaar mee te nemen, die kunnen op de locatie kamperen. Kosten voor de overnachting (nog onbekend, maar laag want op het terrein) zijn voor eigen rekening. Het programma is expliciet zonder de kinderen! Voor de maaltijden en drinken rekenen wij € 50,- per kind voor de hele midweek.

Bij afzegging van deelname is er geen restitutie van het overgeboekte bedrag, tenzij we iemand vinden die in jouw plaats wil meedoen.

De inschrijving sluit op zaterdag 4 april. Wie het eerst komt, wie het eerst maalt.

Bij onvoldoende deelnemers ontvang je van ons twee weken van tevoren bericht en storten wij het overgeboekte bedrag terug, maar we gaan er van uit dat het gewoon door gaat.

We hopen op je deelname, wij kijken er naar uit om samen met jou op reis te gaan! Pak je koffer en ga mee?



## De Reis.

Op Reis biedt op creatieve en inspirerende wijze reizen naar en in jezelf aan, om zo het bewustzijn, inzicht, groei en transformatie op gang te brengen. De gekozen locaties sluiten aan op deze innerlijke reis, waarin de natuurlijke omgeving een factor is die actief bijdraagt aan, en betrokken wordt in het gekozen pad. Soms letterlijk, outdoor. Op reis biedt een gevarieerd programma van workshops waarin gebruik wordt gemaakt van verschillende werkvormen en toepassingen om alle aspecten van de reis aan bod te laten komen. Daarnaast is er tijd voor ontspanning en rust, lekker eten en drinken en samen zijn.

## De opzet.

Om ons programma goed af te stemmen organiseren we in mei een try-out midweek om de workshops te draaien en feedback te krijgen op wat we doen/aanbieden. Jouw hulp is dus welkom en in ruil daarvoor betaal je alleen kost en inwoning voor deze dagen.

Ons uiteindelijke doel is om 8 daagse workshopreizen naar Kreta te gaan organiseren die zijn zoals deze try-out, maar dan uitgebreider. Op een mooie locatie aan de kust van Zuidwest Kreta, het godeneiland onder de zon in Koutsouras in appartementen-complex Okeanis.

## De basis.

We werken met als uitgangspunt de chakra's vanuit het werkboek van Anodea Judith. Dat is voor ons geen zweverig gebeuren maar een heel concrete kapstok die ons allerlei tastbare mogelijkheden biedt om de workshops extra inhoud en vorm te geven, die zowel lichaam als geest in beweging zetten. In rust én activerend, in klank, beeld en beweging. We streven naar een programma wat inhoudelijk voor zowel mannen als vrouwen aantrekkelijk is.

## Voor wie?

Voor mannen en vrouwen tussen de ca. 30 en 65 jaar, die geïnteresseerd zijn om naar zichzelf te kijken, mee te doen aan de workshops en die ons goede feedback/feed forward willen en kunnen geven op het programma.



## Door wie?

Iris Portier en Monique Jansen hebben elkaar ontmoet op de post HBO Lifecoaching opleiding bij het Atma instituut en zijn gecertificeerde life coaches. Samen hebben zij het plan opgevat om "Op Reis" te gaan door workshopweken en -sessies aan te bieden om hun kennis en vaardigheden in te zetten, en zo groepen en individuen te begeleiden. Met als doel: Groei, Ontwikkeling, Inzicht, Bewust-Zijn en transformatie. Hiermee willen zij een bijdrage leveren aan ieders persoonlijke ontwikkeling, die mogelijk als een olievlek, of de kringen in het water, door zal werken in ieders persoonlijke leefomgeving. En in die zin hopen en wensen ze een positieve bijdrage te mogen leveren aan onze samenleving.



### Monique Jansen

Lifecoach, docent Loopbaanbegeleiding, docent kunst, beeldend kunstenaar.

Website: [www.mindescapes.nl](http://www.mindescapes.nl)



### Iris Portier

Lifecoach, dans- en zangdocente, communicatieadviseur, yogadocente, therapeute en reikimaster.

Website: <http://www.levenspraktijk.nl/>

## Overige docenten:



### Jacinth Sprenger

Lifecoach, docent, outdoor coach, natuur



### Letty Moerel

Coach, docent, qi gong, lichaamswerk.

Zie voor meer informatie onze website: <http://meeopreis.weebly.com/>



*Men moet niet nadenken over het eindresultaat van zijn werk,  
zoals men ook niet reist om aan te komen, maar om te reizen.*

Goethe