

Stille zaterdagochtend 2026

ZIJN-zijn Meditatiegroep

De ZIJN-zijn Meditatiegroep biedt (gratis) de gelegenheid om regelmatig met anderen samen te mediteren, ervaringen uit te wisselen en om elkaar te motiveren. Deze groep is ook geschikt voor mensen zonder voorafgaande kennis. Meedoen helpt je de regelmaat van meditatiebeoefening in je leven in te bouwen.

Wekelijks, op de zaterdagochtend kun je gebruik maken van dit aanbod. De bijeenkomsten kunnen los van elkaar bezocht worden. Tussentijdse instroom is altijd mogelijk.

Het meditatie-aanbod loopt het gehele jaar door.

Er zijn (gratis) meditatiebijeenkomsten zonder theorie of met een theoriegedeelte.

De theorie wordt gegeven op een inspirerende en heel praktische manier en er wordt een 'link' gelegd naar meditatie en het dagelijkse leven. Theorie en praktijk vormen zo een eenheid.

Facilitators:	Helmut, Cars, Ed
Voor wie?	Iedereen is welkom, ook beginners zonder enige voorkennis
Aantal:	Doorlopend aanbod, het gehele jaar door, met of zonder theorie.
Tijd:	10.30 tot 12.15 uur met theorie 10.30 tot 11.45 uur zonder theorie
Meditatiedagen	Data onder voorbehoud. De dagen kunnen los van elkaar bezocht worden.
Meditatie met theorie	- Mei 2026: 23-05/ 30-05 - Vanaf September 2026 t/m December 2026
Alleen Meditatie	- Juni t/m Augustus 2026: iedere zaterdag
Kosten:	Gratis
Meedoen:	Kom naar de les en doe mee. Tijdens de bijeenkomst ontvang je meer instructies en informatie.
Locatie:	Herstelzorg Heuvelland (Safehouse) Vroegere Arnold Janssen Klooster (Missiezusters) In de kapel op de 1 ^e verdieping Capucijnenweg 9 6286 BA Wittem
Contactgegevens 'ZIJN-zijn Meditatie'	Helmut Jöcken www.zijn-zijn.nl mail@zijn-zijn.nl
Voor verdere informatie zie de algemene informatie, voorwaarden en regels op de website: www.zijn-zijn.nl	