

Vrijplaats voor bezinning, meditatie, stiltebeleving en ontmoeting



Wat:

Bezinningsmoment, waarin het tochtgenootschap een belangrijke basis vormt. De deelnemers willen elkaar voeden en inspireren in hoe je met het leven omgaat. Het is geen therapie en ook geen vorming. Uiteraard kunnen er therapeutische effecten zijn en kun je er iets uit leren. Maar, de basis vormt het samen onderweg zijn en het steunen en inspireren van elkaar. Als tochtgenoten op de weg door het leven.

Aan het begin en aan het einde is er een stiltemoment. Telkens leidt een deelnemer de bijeenkomst in. De thema's kunnen zeer uiteenlopend zijn: je krachtbronnen ontdekken, verbindend communiceren, empathie, levenslessen van mensen die een ziekteproces doormaakten, het ontdekken van vreugde, het omgaan met fouten in je leven ... Ook de inspiratiebronnen kunnen heel gevarieerd zijn. Zo bijvoorbeeld: liedteksten, stukjes uit een roman of uit een gedichtenbundel, bezinnende teksten uit een religieuze of levensbeschouwelijke traditie, een tekst uit een boek over zingeving of meditatie ... En ook de vorm kan heel verschillend zijn. Zo bijvoorbeeld: een geleide meditatie, een meditatie vanuit het luisteren naar muziek (bijvoorbeeld klankschalen), persoonlijk stilstaan bij vragen die inpikken op een voorgelezen tekst met een uitwisseling, een stiltewandeling met enkele deelmomenten ...

Wanneer:

- De **eerste donderdag van de maand**, tenzij dit een feestdag is of de OPZ-studiedag erop plaatsvindt; van **16u30 tot 17u30**; in de Blauwe zaal van 't Vooruitzicht.
- Data van nog geplande bijeenkomsten in 2020 (onder voorbehoud van eventuele Covid-19-maatregelen): 3 september - 1 oktober - 5 november - 10 december.
- Data 2021: 7 januari - 4 februari - 4 maart - 1 april - 6 mei - 3 juni - 1 juli - 5 augustus - 2 september - 7 oktober - 4 november - 9 december

Voor wie? De bijeenkomst staat open voor cliënten, personeelsleden, ex-clieënten, ervaringsdeskundigen, vrijwilligers, externe belangstellenden, familieleden en vrienden.

Contactgegevens voor meer info:

Walter Krikilion, stafmedewerker patiëntenzorg OPZ Geel

014-579318 of walter.krikilion@opzgeel.be