

NIEUWSBRIEF ZOMER 2019



De zomer ontluikt in al haar pracht. In onze heemtuin bloeien kleuren en dwalen geuren. De bijtjes, de vlinders, alle insecten en wij zijn er blij mee. De natuurlijke bevruchtende liefdeskus!
Een frisse duik in de Maas... voel ik haar koele zachte stroming. Een zoete bes en framboos vermengen hun smaken in mijn mond. De ekster lacht om het gestuntel van haar jongen. De zomer ontluikt, in al haar pracht. Wat een genot...

Chi Kung aan de Maas in de zomer

Dinsdagochtend van 9.15 uur tot 10.30 uur.

Op deze manier de dag beginnen brengt je meer vitaliteit in je leven. Je maakt op een eenvoudige manier contact met je lichaam. Oude ballast laat je los en je laadt je weer op met de levensenergie (chi). Zo breng je jouw hele energiesysteem tot stromen. Door specifieke oefenseries kan je op ten duur steeds meer emotionele balans ervaren.

Data: 25 juni, 2, 9 en 16 juli

Verzameling in Anahatta, Jan Mosmanslaan 17 D om 9.15 uur. Wij lopen dan samen naar de Maas en doen daar samen de oefeningen. Wie zin heeft kan daarna een duik nemen. Op 16 juli sluiten wij samen af in Anahatta met een wave van de 5 ritmes en meditatie.

Kosten: 10 € per keer.

Laat even weten of je komt: 06-36322107

Informatieavonden Vrouw en gezondheid

Op deze avonden geef ik informatie over de fysieke, emotionele, hormonale en spirituele betekenis van ons vrouwelijke lichaam. Op deze eerste avond van de reeks verdiepen wij ons in de gezondheid van de borsten. Wat kan je bv. zelf doen om je borsten zo gezond mogelijk te houden? Wat kan je verder doen, als je al een operatie en behandeling hebt ondergaan? Daarna kan je leren hoe je door goede zelfzorg van de borsten via zelfmassage (gekleed), de doorstroming bevordert, spanningen leert afvoeren en je weer op te laden met je hartenergie. Als je als vrouw jezelf en je borsten regelmatig liefdevol masseert, vergroot je je positieve lichaamsbewustzijn, je zelfbewustzijn.

Iedere vrouw, dochter, buurvrouw, vriendin is uitgenodigd.

Thema borsten: woensdag 4 september 20 uur
Anahatta, Jan Mosmanslaan 17 D
Kosten: 15 €



NIEUWSBRIEF ZOMER 2019

Kindermassage cursus voor ouders en verzorgers

“Liefdevolle aanraking is voeding voor de ziel”

In deze cursus leer je **bewust** aanraken en het hele lichaam op een zachte manier te masseren. Om deze massage goed te kunnen geven, is het goed, deze eerst op je eigen lijf te ervaren.

Voor **ouders en verzorgers**, die het **kind** of de baby willen ondersteunen in hun ontwikkeling is deze massage eenvoudig toe te passen.

De massage werkt rustgevend (beter slapen), vergroot het lichaams- en het zelfbewustzijn. Het bevordert de motorisch en emotionele ontwikkeling van het kind. Ook het immuunsysteem wordt versterkt, wat goed is bij kinderen die heel vaak verkouden zijn. Vooral hooggevoelige kinderen, die last hebben van overprikkeling, klagen over hoofd- of buikpijn vinden baat bij deze massage.

Bij interesse vraag de uitgebreide folder aan.

Vanaf september starten nieuwe cursussen: 11 – 18 – 25 sept. van 19.30 tot 22 uur en 2 en 9 okt. middags

Voor individuele behandeling voor u kind kunt u altijd een afspraak maken via de mail maken.

Ritmisch Integrale Massageopleiding voor therapeuten

Deze basisscholing bestaat uit 2 modules van 3 hele dagen (Uitbreiding tot 6 modules mogelijk) en is bedoeld voor therapeuten, die door middel van specifieke fysieke aanraking en een bewuste lichaamshouding een werkzame aanvulling zoeken om het lichaamsbewustzijn bij hun cliënten te bevorderen, de basisveiligheid te vergroten en het zelfgenezingsproces te ondersteunen.

Inhoud van deze modules

- Innerlijke en uiterlijke energetische basishouding van de therapeut (gronding– verticale doorstroming)
- Juiste fysieke en energetische aanraking
- Basiskennis mensbeeld antroposofische geneeskunde
- Integratie oosterse geneeswijzen (tui na en chi kung)
- Integratie basiskennis van Cranio Sacraal therapie

Start 21 September

Meer informatie op de website of vraag een folder aan.



Vanaf September 2019 is het mogelijk mijn praktijkruimte op verschillende dagdelen te huren.

Wil je meer weten, een afspraak maken of je inschrijven voor een van de cursussen, ga dan naar mijn website WWW.BIRGITTAPANHANS.NL of neem contact op via info@birgittapanhans.nl of bel 06-36322107

