



Verstillingsmiddag

Zondag 18 Januari

14.00-17.00 uur

Verstillen....

Een middag niets moeten, stilstaan, je bewust worden,
ontspannen, even geen telefoon, alleen jij en de stilte.

En dat in zo'n bijzonder gebouw.

Wees welkom.

Hedwig, Mirjam, Nina, Christel

Wat gaan we doen?

Om 14.00 uur starten we met een korte inleiding en kennismaking, we staan stil bij verstillingsmiddag en wat dat betekent.

Dan volgt een meditatie van lichaamsbewustzijn en gaan we de stilte ervaren. Om 16.15 starten we met de afronding en 17.00 uur zal de stiltemiddag afgelopen zijn.

Wat mag/kun je meenemen?

- Pen en papier, creatief materiaal, er is ook materiaal aanwezig
- Het kan koud zijn in de kerk. Denk daaraan qua kleding of neem bv een dekentje mee
- yoga mat, kussentjes ect
- voor thee, water en wat versnaperingen zorgen wij.



Agenda 2026

12 April

31 Mei

Aanmelden

Mail

Wil je deze mini retraite en ben je tussen de 18 en 55 jaar?

Meld je dan voor 12 Januari aan via info-johannes@3eenheidparochie.nl en doe mee.

Locatie

Johannes De Doper Kerk

Pastoor Spaan plein 2 te Montfoort

Hoofdingang