

BlinkOut

Nodigt u graag uit voor

Ont-moet & laad-op week Elke laatste week van de maand bij BlinkOut

Geef elke dag jezelf de kans om iets te doen wat je graag wilt.

Wil je graag iets leuks doen en nieuwe mensen ontmoeten op een laagdrempelige manier? Heb je soms nood aan ontspanning? Je zoekt naar activiteiten die je geen energie kosten? Lees dan gerust ons programma verder door.

BlinkOut biedt een activiteiten aanbod, dat telkens doorgaat tijdens laatste de week van de maand.

Je geniet van ontspanning, interactie en rust voor iedereen die graag tijdens de dag verbinding zoekt met anderen of zichzelf.



Kijk.ontdek. Sluit je ogen. Adem. Ontspan. Drink.lach.Ontmoet. Tintel.Ontvang.Geef.
Ontdek. Speel. Giechel en Geniet.

Programma Mei

Maandag, 27 mei, 14u

Crea Yoga

(Milde) yoga met een creatieve insteek is een zachte vorm van yoga met eenvoudige yoga-oefeningen gebaseerd op hatha yoga en enkele creatieve activiteiten waar spontaniteit en ontspanning centraal staan.

Beperkte plaatsen .

Inschrijven via: jamalennasse@hotmail.com of sms naar 0485835185

Dinsdag ,28 mei, 14u

Plantjes stekken en verpoten, help je mee?

Met wat uitleg, potgrond, potjes ... kan jij het zeker ook!
Heb je zin om mee te helpen, we hebben heel veel plantjes die momenteel te klein 'behuisd' zijn of mogen 'gestekt' worden.

inschrijven: emmeline@blinkout.be

Dinsdag, 28 mei, 13 u , 14u30 , 16u

Reiki-behandeling - liefdevolle aandacht

Reiki betekent Universele Energie. Je zou kunnen zeggen dat we die dus alle dagen ontvangen, dat we zelfs bestaan uit deze energie.

Een Reiki behandeling geeft een diepe ontspanning en opladen van je energielichaam tegelijk. Het is geen massage, geen speciale techniek. Door handen te leggen, stroomt de energie naar je toe. Je ontvangt liefdevolle, creatieve, universele aandacht.

3 behandelingen: om 13u, om 14u30 & om 16u
De behandeling duurt iedere keer een uurtje.

Inschrijven via: an@blinkout.be

Woensdag 29 mei, van 14 u tot 16u Cirkel 'I have the choice'

'We have the choice' organiseert een cirkel voor jongeren tussen +-16 en 25 jaar bij BlinkOut in Gent. We heten alle jongeren warm welkom. Deze cirkel is als een hedendaags ritueel, een bijzonder moment waarop we stil staan bij de keuzes die je wil maken, bij de richting die je uit wil gaan in je leven, je studiekeuze en je werk in lijn met jouw talent en missie. Thema van deze cirkel is 'I have the choice'.

Woensdag 29 mei 2019 van 14:00 tot 16:00
Inschrijven via: emmeline@blinkout.be