

Alkmaar

Rudolf Steinerschool Alkmaar Vrijeschool basisonderwijs

Sperwerstraat 1
1826 KL Alkmaar
www.rsteinerschool.nl

Open dag Rudolf Steinerschool Alkmaar woensdag 5 februari

Op woensdag 5 februari 2020 zetten wij onze deuren wijd open. Kom kennismaken met onze mooie school.

Stemonthulling Zanglessen en koorvorming Maria Tomassen

Normandiëstraat 35
1827 BL Alkmaar
www.stemonthulling.nl

Zingen maakt blij! Zing je mee met Mamoré in Alkmaar?

Op maandag

Mamoré, gemengd a-capella koor o.l.v. Mara Tomassen is weer begonnen aan het nieuwe koor seizoen.

Zingen maakt blij! Zing je mee met Encanto in Alkmaar?

Op woensdag

Encanto, gemengd a-capella koor o.l.v. Mara Tomassen is weer begonnen aan het nieuwe koor seizoen.

Alkmaar/Oudorp

De Sterrenzanger Vrijeschool basisonderwijs

Mercuriusstraat 13
1829 CE Alkmaar/Oudorp
www.desterenzanger.nl

Open dag vrijeschool de Sterrenzanger woensdag 5 februari

Op woensdag 5 februari 2020 zetten wij onze deuren wijd open. Kom kennismaken met onze mooie school.

Amsterdam

De Christengemeenschap Andrieskerk Amsterdam

A.J. Ernststraat 86g
1081 HL Amsterdam
amsterdam.christengemeenschap.nl

De koning in mij vrijdag 3 januari

Hoe herken ik de Koning vanuit mijn eigen koningschap? Een tweedaagse ochtendretraite in de Kersttijd op vrijdag 3 en zaterdag 4 januari over hoe ik vanuit mijn eigen koningschap kan herkennen met welke koning ik te maken heb in de wereld en in mijzelf.

Oberufer Driekoningenspel zondag 5 januari

Het Oberufer Driekoningenspel laat zien hoe de mens tot op de dag van vandaag staat in het spanningsveld van de zoekende lichtkracht, die uitgaat van de drie priesterwijzen op hun weg naar het Kind, en de aardse doodskrachten die door koning Herodes heen werkzaam zijn.

Geestlicht en hartewarmte maandag 6 januari

Inleiding op Driekoningendag door Ernst Terpstra, met gelegenheid tot gesprek.

Bidden: buitengewoon zondag 19 januari

Gezamenlijke gespreksactiviteit in het kader van de internationale Week van het gebed.

Aanmelden nieuwe adressengids.

Bent u ook geïnspireerd door de antroposofie en wilt u graag worden opgenomen in de adressengids van 2020-2021?

Meldt u dan voor 31 maart aan via;
info@antroposofie-noord-holland.nl

Dit jaar zal het visuele thema van de adressengids 'kunstzinnige therapie' zijn.

Bloemendaal

Antroposofische Vereniging Haarlem

Locatieadres: Krullenlaan 3
2061 HT Bloemendaal
www.antroposofiehaarlem.nl

Lees en werkgroep over elementaire wezens

o.a: zondag 19 januari (2 dag.)

De wereld van de mensen en de wereld van de natuur-geesten staan op grote afstand van elkaar. Maar er ontstaan wel steeds meer mogelijkheden om deze vervreemding te overbruggen. Thomas Mayer schrijft in zijn boek 'Red de elementaire wezens' (uitgeverij Nearchus) dat deze wezens er op aangewezen...

Marijke de Vries kunstzinnige therapie beeldend

Locatieadres: Mollaan 4
2061 BD Bloemendaal
www.kunsttherapiehaarlem.nl

Jaarcursus Volg een boom een heel jaar rond.

o.a: zaterdag 11 januari (6 dag.)

Maak kennis met de verschillende teken- en schildertechnieken aan de hand van een boom. Leer je verbinden met de diepere krachten in de natuur.

Portret

Lucky van der Leen en Barbara Gerlach

Eigenaressen van Het Bonte Huis in Heemstede en Haarlem



Anderhalf jaar geleden klopte Lucky van der Leen aan bij Barbara Gerlach, oprichtster van kinderopvang Het Bonte Huis in Haarlem, of ze misschien wel eens nagedacht had over een franchise-formule. Lucky deed haar naam eer aan en bracht Barbara precies wat ze op dat moment nodig had.

Haarlem

Antroposana De Keerkring patiëntenvereniging Haarlem e.o

Van Dam Huis, Prinsen Bolwerk 3b
2011 MA Haarlem
keerkring.antroposana.nl

Studiegroep Salutogenese: Versterken van je eigen gezondheid

o.a: woensdag 8 januari (4 dag.)

Tegenwoordig wordt gezondheid omschreven als het vermogen zich aan te passen en een eigen regie te voeren, in het licht van de fysieke, emotionele en sociale uitdagingen van het leven. Ondanks deze ruimere betekenis van gezondheid, richt de huidige geneeskunde zich nog altijd op hoe ziektes ontstaan

Helende-consulten

Cornelis Schoonstraat 3
2014 VK Haarlem
www.helende-consulten.nl

Meditatief tuinieren

o.a: zaterdag 4 januari (11 dag.)

We beginnen met een meditatie en gaan daarna in stilte in de stiltetuin werken.

KunstZIN Haarlem, Inger van der Werf

Regentesselaan 11
2015 BW Haarlem
www.kunstzinnigetherapiehaarlem.nl

Proefles Intuïtief Tekenen, Schilderen en Boetseren vrijdag 10 januari

Wil jij even lekker ontspannen en je werk of andere dagelijkse besommingen helemaal loslaten? Even tijd voor jezelf en wat er in jou leeft? Kom dan naar de cursus intuïtief tekenen, schilderen en boetseren bij KunstZIN Haarlem.

Proefles Intuïtief Tekenen, Schilderen en Boetseren maandag 13 januari

Wil jij even lekker ontspannen en je werk of andere dagelijkse besommingen helemaal loslaten? Even tijd voor jezelf en wat er in jou leeft? Kom dan naar de cursus intuïtief tekenen, schilderen en boetseren bij KunstZIN Haarlem.

Proefles **Intuïtief Tekenen, Schilderen en Boetseren**

dinsdag 14 januari

Wil jij even lekker ontspannen en je werk of andere dagelijkse beslommeringen helemaal loslaten? Even tijd voor jezelf en wat er in jou leeft? Kom dan naar de cursus intuïtief tekenen, schilderen en boetseren bij KunstZIN Haarlem.

Start Cursus Intuïtief Boetseren

woensdag 15 januari

Wil jij je op creatieve wijze ontspannen en je werk of andere beslommeringen helemaal loslaten? Even tijd voor jezelf en wat er in je leeft? En wil je je graag leren uitdrukken in klei? Kom dan naar de cursus intuïtief boetseren bij KunstZIN Haarlem

Marijke de Vries **kunsthoudende therapie beeldend**

Sparenbergstraat 50

2023 JW Haarlem

www.kunsttherapiehaarlem.nl

Bubbels & Knobbels

Vanaf: vrijdag 10 januari (4 dag.)

Creatieve bijeenkomsten voor vrouwen die borstkanker hebben en/of hebben gehad. Laat je vitaliteit weer een 'boost' krijgen. Geniet van het samenzijn met andere vrouwen die zich herkennen in jouw ervaringen en omgekeerd. Verras jezelf met kleine succes-ervaringen.

Viltworkshop

zaterdag 18 januari

Viltten is schilderen, boetseren en tekenen ineen. In deze workshop kan je een wandkleed, een kussenhoes of een ander ruimtelijk object maken.

Nieuwe website

Er is een nieuwe Website www.euritmie.nl

Deze is grondig vernieuwd en opent als Quo Vadis Euritmie Impresariaat, opgericht in Oostenrijk door Ernst Reepmaker.

Hij wil nieuwe en bestaande euritmiegroepen een podium bieden en nu ook in Nederland. Op de site vindt u een breed overzicht van het aanbod. Geplande voorstellingen worden binnenkort aangekondigd op de site en ook ruimer bekend gemaakt door de contactpersoon voor Nederland: Bart van Dam, Op facebook en via onderstaand telefoon nummer of mail-adres kunnen eventuele voorstellingen besproken en geboekt worden. T: 070-2212159 of per mail op contact@euritmie.nl

Nieuwe, jonge groepen zoeken hun publiek. U bent welkom om te verkennen wat er mogelijk is om een voorstelling in uw stad of theater mogelijk te maken.

Op de site kunt u zich aanmelden voor onze Nieuwsbrief, klik op de Vriendenkring en kies dan Nieuwsbrief.

Therapeuticum Haarlem

Prinsen Bolwerk 3

2011 MA Haarlem

www.therapeuticumhaarlem.nl

Wandelen

Op donderdag

Ruim 3 jaar geleden is er vanuit het Therapeuticum een wandelgroep gestart. In eerste instantie was dit een wandelgroep voor mensen met diabetes. In de afgelopen tijd hebben steeds meer wandelaars zich aangesloten bij de groep, ook wandelaars zonder diabetes..

Cursus: Over Gewicht

Afvallen door een gezonde leefstijl

o.a: dinsdag 7 januari (4 dag.)

Nieuwe Cursus vanaf: dinsdag 25 februari (14 dag.)

In de cursus werkt u in een groep aan uw leefstijl en wordt het veranderen van gewoontes in eet- en leefpatroon een gedeeld en herkenbaar probleem. Cursisten ervaren dit delen met elkaar als positief en stimulerend.

Bewegen met Yoga

Op woensdag

Beweging en ontspanning spelen een sleutelrol in het verminderen van fysieke en mentale stress. In een unieke combinatie van yoga en antroposofische fysiotherapie werkt u onder professionele begeleiding aan een gezond bewegingspatroon.

Mamacafé

o.a: vrijdag 3 januari (7 dag.)

Een bijeenkomst voor moeders op een prachtige plek in de natuur aan het Spaarne. We bespreken onderwerpen als (borst) voeding, opvoeding, kleding, warmte etc. tijdens een ontspannen ontmoeting en een kopje koffie of thee met home-made taart.

Balanceren is een kunst

Vanaf: dinsdag 7 januari (8 dag.)

De cursus Balanceren is een kunst biedt handvatten om meer balans in uw eigen leven te creëren. Met behulp van o.a. non-verbale technieken (tekenen en boetseren) gaan we belangrijke thema's in het leven langs zoals verbinden en loslaten, willen en moeten, inspanning en ontspanning

Workshop Hoge bloeddruk

donderdag 27 februari

Hoge bloeddruk is een risicofactor voor het krijgen van hart- en vaatziekten. Tijdens deze inspirerende workshop krijgt u uitleg over wat hoge bloeddruk is en over het belang van een gezonde bloeddruk. Wat kunt u eraan doen als uw bloeddruk te hoog is?

Hillegom

Kunstzinnige Therapie Hillegom

Abellalaan 1

2182 TX Hillegom

www.kunstzinnigetherapiehillegom.nl

**De Rode Draad,
jouw levensverhaal met toekomst**
o.a: **dinsdag 7 januari (13 dag.)**

Op zoek naar de Rode draad in je leven? Tijdens deze cursus ga je deze zelf maken! Je gaat je weg door je eigen levensverhaal om de schatten te ontdekken! Maar ook je stip op de horizon te onderzoeken.

Voel je welkom en ga op reis...

**WOL & BEGAAFD,
training executieve vaardigheden**
woensdag 15 januari

Tijdens deze cursus gaan kinderen (ong 8-10 jaar) aan de slag met executieve vaardigheden. Dit is voor begaafde kinderen, zoals vermoedelijk hoogbegaafd, hooggevoelige en/of andersdenkende kinderen.

**De Rode Draad,
jouw levensverhaal met toekomst**
donderdag 16 januari

Op zoek naar de Rode draad in je leven? Tijdens deze cursus ga je deze zelf maken! Je gaat je weg door je eigen levensverhaal om de schatten te ontdekken! Maar ook je stip op de horizon te onderzoeken.

Voel je welkom en ga op reis...

Hoofddorp

Basisschool De Meiboom

Hammar skjöldstraat 230

2131 VN Hoofddorp

www.demeiboom.nu

Meer weten over het onderwijs bij De Meiboom
Vanaf: **woensdag 12 februari (2 dag.)**

Kom naar de inloop middag voor nieuwe (kleuter)ouders

Hoorn

Stemonthulling Zanglessen en koorvorming Maria Tomassen

Locatieadres: Nachtegaal 146

1628 DJ Hoorn

www.stemonthulling.nl

**Zingen maakt blij! Zing mee met het Parcival-
koor in Hoorn!**

Op maandag

Het Parcivalkoor, gemengd a-cappella koor o.l.v. Maria Tomassen, is weer begonnen aan het nieuwe koorseizoen.

Portret

Marin van Wijnen Bestuurder bij Stichting Vrijescholen Ithaka



Marin van Wijnen trad per 1 oktober 2019 aan als bestuurder van Stichting Vrijescholen Ithaka: een overkoepelende organisatie die veertien vrijescholen bundelt in de regio Noord- en Zuid-Holland. Een stichting die ervoor zorgt dat de aangesloten scholen het best mogelijke onderwijs kunnen leveren.

Laat je ook inspireren!



antroposofie-noord-holland.nl