

Alkmaar

Stemonthulling Zanglessen en koorvorming Maria Tomassen

Normandiëstraat 35
1827 BL Alkmaar
www.stemonthulling.nl

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.

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.

Melopee zingt en verhaalt "Ik noem je naam" zondag 3 november

een verhalen- en liederen programma rondom 'Allerzielen' in de Lukaskerk,

Amsterdam

De Christengemeenschap Andrieskerk Amsterdam

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

Kijken naar de Apocalyps van Johannes zondag 17 november

Lezing door Siegwart Knijpenga over beelden uit het Openbaringsboek van Johannes.

Adventstuin zondag 1 december

Een feest voor kinderen van 4 tot 10 jaar: een verhaal – muziek – de donkere tuin wordt steeds lichter. U wordt verzocht tien minuten van tevoren aanwezig te zijn. Graag een vrijwillige bijdrage na afloop.

Marijke de Vries kunstzinnige therapie beeldend

Locatieadres: Fred. Roeskestraat 84
1076 ED Amsterdam
www.kunsttherapiehaarlem.nl

Pastelworkshop; Herfstcongres Allergie & Hooggevoeligheid zaterdag 30 november

Tijdens dit Herfstcongres zullen we vanuit verschillende disciplines en gezichtspunten onderzoeken hoe allergie en hooggevoeligheid werkt en hoe de gezonde krachten in de gehele mens gewekt kunnen worden.

Filosofisch Tafelen

Hoe ziet een transparante voedselketen er uit?



Distributiecentrum Odin Geldermalsen – 16 november
Aansluitend op de documentaireserie en het boek Food for Thought organiseert foodcoop Odin samen met KRONCRV, FONDrotterdam en Viewpoint Productions filosofische diners. Alle deelnemers gaan aan tafel met een filosoof en chef Gilbert. Met elkaar praat je over de manier waarop wij eten produceren en de gevolgen daarvan. Meer informatie en aanmelden via Odin.nl

Bergen

Therapeuticum Egelantier

Prinsesselaan 52
1861 EP Bergen
www.therapeuticum-egellantier.nl

Bijenwas zaterdag 2 november

Zaterdag 2 november is de bijenwas het onderwerp. Ook hiervoor geldt: wat is het, waarvoor kun je het gebruiken en hoe maak je het klaar. In de uitwendige therapie als kompres of in zalfvorm? We gaan tevens proberen zelf een "massagekaars" te maken, dan kun je het thuis gebruiken.

Workshop: Adem en stemtraining

Vanaf: maandag 4 november (4 dag.)

Een diepere ademhaling geeft rust en vitaliteit. Het spreken op de ademstroom geeft kracht, zowel aan de stem als aan onszelf. We staan daardoor met meer zelfvertrouwen in het leven.

Handgreepkwaliteiten bij verschillende lemniscaten

zaterdag 14 december

Zaterdag 14 december komen de handgreepkwaliteiten bij verschillende lemniscaten in de ritmische massage aan bod. Dit is alleen voor professionals, bekend met de ritmische massage!

De Koog Texel

Maartenhuis, Eetwinkel & Schenkerij De Windroos

Ruijslaan 81
1796 AZ De Koog Texel
www.maartenhuis.nl

Kerstmarkt op het Maartenhuis Texel

woensdag 18 december

Vrijdagavond 18 december van 17.00-20.00 is er de jaarlijkse kerstmarkt op het Maartenhuis, Ruijslaan 81 in de Koog. Al weer voor de 11de keer !!

Bloemendaal

Antroposofische Vereniging Haarlem

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

Lees en werkgroep over elementaire wezens

o.a: zondag 10 november (4 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 23 november (8 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.



Natuurwinkel Overveen

Dr. Hauschka



10% korting
op alle Hauschka producten in december

Bloemendaalseweg 228 2051 GM Overveen
T: 023 5250764 www.natuurwinkeloverveen.nl

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 13 november (6 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

Laat je ook inspireren!



Antroposofische Vereniging Haarlem

Prinsenvolwerk 3

2011 MA Haarlem

www.antroposofiehaarlem.nl

Antro-Café

vrijdag 22 november

Voor iedereen die graag andere mensen wil ontmoeten, die ook 'iets met antroposofie' hebben of daar nieuwsgierig naar zijn. Onder het genot van een kopje thee of koffie. Met een boekentafel rond een thema, in samenwerking met het winkeltje.

Workshop pasteltekenen

Vanaf: donderdag 7 november (4 dag.)

We gaan tekenen bij het thema "de vier natuurrijken". Met pastelkrijt zetten we dat wat typerend is van het mineraal, de plant, het dier en de mens op papier. We leren dit in een eenvoudige vorm te tekenen zodat de kleuren van het pastelkrijt goed tot zijn recht komen.

Gedenkstonde voor gestorvenen

zaterdag 9 november

Nu de dagen korter worden en het licht buiten verder afneemt, kan in ons bewustzijn en gevoel het licht van de geestelijke wereld sterker doordringen. In dat licht leven ook de gestorvenen voort. De gedenkstonde is onze gezamenlijke blij van verbondenheid met hen.

Adventsviering

maandag 2 december

Anje Robertson zal een adventsverhaal vertellen en Rob Westerik zal haar met gitaarspel begeleiden. Na afloop is er gelegenheid tot napraten onder het genot van een sapje en een hapje.

Helende-consulten

Cornelis Schoonstraat 3

2014 VK Haarlem

www.helende-consulten.nl

Meditatief tuinieren

o.a: zaterdag 2 november (2 dag.)

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

Marijke de Vries kunstzinnige therapie beeldend

Sparenbergstraat 50

2023 JW Haarlem

www.kunsttherapiehaarlem.nl

Cursus Grot- Landschapreeks, de innerlijke reis schilderen

Vanaf: vrijdag 1 november (4 dag.)

In deze schildercursus maak je in kleur jouw innerlijke reis. Jouw eigen persoonlijke ontwikkeling staat centraal. In elke nieuwe schildering voeg je een element toe, gebruik makend van beelden uit de natuur. Beginnend bij een grot, vervolg je je weg naar buiten.

Cursus Licht en duister scheppen in jezelf, houtskool

Vanaf: zaterdag 2 november (3 dag.)

In deze cursus gaat het over licht laten ontstaan uit de duisternis. We werken met scheppingsreeksen, waarin de werking van de zwaartekracht en licht en schaduw en op weg gaan uitgewerkt worden in houtskool.

Cursus Hooggevoeligheid is een mooie kwaliteit

Vanaf: donderdag 7 november (4 dag.)

Cursus over het verzorgen van je hooggevoeligheid. Hooggevoelige mensen kennen een rijk innerlijk leven, een groot gevoel voor schoonheid en harmonie en een sterke intuïtie. Maar hooggevoelige mensen zijn ook snel overprikkeld door alle indrukken en eisen die op hen afkomen.

Bubbels & Knobbels

o.a: vrijdag 8 november (2 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.

Rudolf Steinerschool Haarlem Vrijeschool basisonderwijs

Engelandlaan 2

2034 NA Haarlem

www.rsschool.nl

Wintermarkt

maandag 18 november

Op maandag 18 november van 19:00 tot 21:30 is er de wintermarkt op de Rudolf Steinerschool in Haarlem. (Houten) speelgoed, Boeken, Seizoenstafel, Wollen kleding, Muziek, Cadeautjes, Wol en vilt, Stenen, Honing, En nog veel meer! Alleen voor volwassenen!

Therapeuticum Haarlem

Prinsen Bolwerk 3

2011 MA Haarlem

www.therapeuticumhaarlem.nl

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.

Meer lucht bij COPD/Astma

o.a: woensdag 6 november (4 dag.)

Meer lucht door mondharmonicatherapie. Een workshop geïnspireerd door de positieve berichten van het Longfonds: Het werkt! De longfunctie verbetert door een betere conditie van de ademhalingsorganen en daardoor gebruikt u efficiënter uw beschikbare lucht.

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..

Mamacafé

o.a: vrijdag 1 november (9 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.

Cursus: Over Gewicht - Afvallen door een gezonde leefstijl

Vanaf: dinsdag 5 november (12 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.

Kennismaken met Euritmietherapie

dinsdag 19 november

Zó met beweging om gaan dat bepaalde processen, die uit balans zijn geraakt, weer naar het gezonde toe bewegen, naar het goede ritme U kunt vrijblijvend een euritmieles bijwonen.

Hillegom

Kunstzinnige Therapie Hillegom

Abellalaan 1

2182 TX Hillegom

www.kunstzinnigetherapiehillegom.nl

De Rode Draad, jouw levensverhaal met toekomst

o.a: dinsdag 12 november (16 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..

De anatomie van spanning en stress

Nog 1 dag: donderdag 28 november

Tijdens deze werkvond gaan we ons buigen over spanning en stress. Hoe werkt het?

Hoorn

Stemonthulling Zanglessen en koorvorming Maria Tomassen

Locatieadres: Nachtegaal 146

1628 DJ Hoorn

www.stemonthulling.nl

Zingen maakt blij!

Zing mee met het Parcivalkoor in Hoorn!

Op maandag

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

Start opleiding



School voor
Antroposofische
Kinderopvang

In februari 2020 start weer een nieuwe groep MBO4 op de School voor Antroposofische Kinderopvang. Heb jij interesse om in een leer-werkomgeving je te bekwamen als BBL-er in de antroposofische kinderopvang? Kijk dan op www.school-vak.nl of stel je vraag aan info@school-vak.nl

Schoorl

Therapeuticum Egelantier

*Locatieadres: Valkenlaan 14
1871 AV Schoorl
www.therapeuticum-egellantier.nl*

Workshop: Schilderen met pigmenten! zaterdag 23 november

Op een mooie lokatie tussen duin en bos gaan we zelf onze verf maken. Na een inleiding in de kunstgeschiedenis over het gebruik van pigmenten, maken we met bindmiddel en gesso onze eigen verf. In het Atelier van Scorlewald schilderen we op doek met groene aarde en gele oker andere pigmenten.

Warmenhuizen

Crescenda muziek-beweging-therapie

*Locatieadres: de Camper 2
1749 BX Warmenhuizen
www.crescenda.nl*

Advent - jouw liermoment Vanaf: dinsdag 26 november (4 dag.)

Samenspel op 4 ochtenden in advent wat is er mooier dan lier spelen in de tijd voor kerstmis. In een klein groepje spelen wij advents- en kerstliederen met een speelse warming up vooraf.