

Programma (vrijblijvend)

Vrijdag 16 november

Welkom vanaf 15:00 uur

- 16.00 u **Shiatsu**, drukpuntmassage – *Peter Termars*
- 18.00 u Maaltijd
- 20.00 u **Introductie**
Programma z.o.z. – *Paul Rausenberger*
- 22.00 u Café

Zaterdag 17 november

- 7.15 u - **Do in, Yoga** – *Conchita Scheffer*
- **Wandelen**
- 8.15 u Ontbijt
- 9.30 u **Programma z.o.z.** – *Paul Rausenberger*
- 13:00 u Lunch
- 14.30 u **Programma** – *Paul Rausenberger*
- 18.00 u Pauze
- 18.30 u Diner
- Open podium** voor ieders talent
Café, muziek en dans

Zondag 18 november

- 7.15 u **Do in, Yoga** – *Conchita Scheffer*
- **Wandelen**
- 8.15 u Ontbijt
Eigen kamer schoonmaken
- 9.45 - 11:45 u **Opstellingen** aansluitend op het
thema - *Mia Macke*
- 9.45 u - **Kookdemonstratie** nieren - *Anne-Susan Sas*
- **Zingen** - *Marianne van der Erve*
- 10:45 u Pauze
- 11:00 u **In gesprek** over de inzichten van Paul
Rausenberger - *Carien Huijzer*
- 12:00 u Afsluiting volwassenen en kinderen
- 12.15 u Lunch
- 14.00 u Einde

Kinderprogramma.

Vrijdagavond worden er onder begeleiding spelletjes gedaan.

Zaterdag en zondag is er een programma voor de kinderen t/m 10 jaar o.l.v. Maria Verbrugge met aandacht voor Sint Nicolaas.

Voor oudere kinderen is er een eigen programma o.l.v. Annelou de Hoog en Jasper de Greef. Zowel voor de kleinere als de grote kinderen zijn er kookworkshops.

Biologische droogwaar en macrobiotische specialiteiten alleen voor 4 november te bestellen bij info@ceeskraam.nl.

En zijn kraampjes met voeding, boeken en kaarten.



NVvM

Najaarsweekend
16 - 18 november 2018

Paul Rausenberger

Er mogen zijn zoals je bent



Lessen, lezingen en workshops.

Veganistisch, macrobiotisch, biologisch

**In het Nivonhuis Koos Vorrink
te Lage Vuursche**

AANMELDING NAJAARSWEEKEND

Opgeven via de [website www.nvvm.org](http://www.nvvm.org)
of per mail: mvde@vzs.nl of onderstaande bon

Naam:

Straat & nr.:

PC & Plaats:

Telefoon:

E-mail:

Aantal volwassenen, leeftijd:

Aantal kinderen en geb.datum:

Geb.datum kind(eren):.....

Kamer: 2 persoons
 Rolstoel
 Lakenset. (De bedden zijn voorzien van dekbedden. Een lakenset meenemen of ter plekke te huur voor € 7,-)

Ik heb €,- overgemaakt op IBAN
NL54 TRIO 0198 0780 13 t.n.v. NVvM; BIC: TRIONL2U.

De bon in een gefrankeerde envelop sturen aan:
NVvM, t.a.v. Marianne v.d. Erve, Peppengouw 53,
1351 ND Almere.

De inschrijving is definitief na ontvangst van betaling. Eén week voor aanvang krijg je per e-mail een brief met overige informatie. Toewijzing van kamers gebeurt in volgorde van aanmelding (c.q. betaling).

Meer informatie

Marianne van der Erve:
mvde@vzs.nl, +31(0)36-547 0051

Kosten	Leden	Niet-leden
Volwassene	€ 145-155*	€ 160
Student t/m 28 jr	€ 100	€ 115
Kind (2-6 jr)	€ 30	€ 30
Kind (7-12 jr)	€ 40	€ 40
Tiener (13-18 jr)	€ 65	€ 65

* € 145 is laagdrempelig berekend; een extra bijdrage is welkom, waarvoor dank.

Bij betaling voor 16 okt. 5% korting. Annulering kan tot een week tevoren, daarna betaal je de helft en 3 dagen tevoren de hele prijs of je meldt iemand anders aan.

Nederlandstalige Vereniging voor Macrobiotiek
Najaarsweekend 16 - 18 november 2018

Er mogen zijn zoals je bent



Wij zijn verheugd deze keer Paul Rausenberger uit Schilde, België te mogen verwelkomen op ons Najaarsweekend.

Op vrijdagavond en de hele zaterdag laat Paul Rausenberger ons naar de werkelijkheid kijken vanuit de manier waarop Traditional Chinese Medicine, de Zijnsoriëntatie, de Boedhistische leer en de Yogaleer dit doen.

Wij leren over de yin-yangdialectiek in de Traditionele Chinese Geneeskunde. Paul gaat in op de functies van de organen; zowel fysiologisch als mentaal, emotioneel en spiritueel, dit wordt gekoppeld aan de chakra's. In detail behandelt hij specifiek de nieren.

De nieren geven ons de basis en kracht, het fundament van ons zijn. Er mogen zijn zoals je bent. Ze geven ons de wilskracht om ons authentiek te realiseren. De nieren hebben te maken met de grootste trauma's vanuit onze opvoeding.

Paul geeft ons hierbij inzicht in de oorzaken, de diagnose en de behandelingen. We kunnen hierbij reflecteren over onze emoties, overtuigingen en vooroordelen; over ons Verhalend Zelf.

De theorie wordt afgewisseld met oefeningen.

Paul Rausenberger

Paul Rausenberger (1936) heeft een jarenlange ervaring als leraar en therapeut. Hij begon zijn lange carrière als kinesie-fysiotherapeut en is altijd blijven evolueren: doctor in de chiropractie (U.S.A.), macrobiotische studies, doctor in T.C.M. (Traditional Chinese Medicine) (Engeland-China): acupunctuur, moxa, cupping, kruiden, tai chi.

Hij was opleidingsdirecteur van The Anglo-Dutch College of Acupuncture, directeur en docent van EUTCM (European University of T.C.M.) en opleidingen in Cranio-sacrale relaxatie. Verder geeft hij Drukpuntmassage, Innerlijk kindwerk, Zijnsoriëntatie, Transformational breathing, Meditaties en Visualisaties.

Paul Rausenberger heeft op zijn 82 jarige leeftijd nog steeds een volle praktijk in Schilde en is nog zeer vitaal.

Door zijn veelzijdige achtergrond, zijn jarenlange docent- en praktijkervaring weet Paul de mensen te boeien.

Het Koos Vorrinkhuis

Het Koos Vorrinkhuis op de Lage Vuursche bij Utrecht is een Natuurvriendenhuis gelegen in de bossen. Er is een grote keuken, een zaal voor de kinderen en een speelkelder. De slaapvuur heeft 39 kamers met 103 bedden. Deze zijn onderverdeeld in 2, 3, 4 en enkele 5 persoonskamers voorzien van een wastafel met warm en koud stromend water. 2 Kamers zijn ingericht voor rolstoelgebruikers.

Er is een fietsenverhuur en er zijn prachtige wandelroutes.

Meer informatie: www.koosvorrinkhuis.nl

