



Vitamine-M22

22 MOMENTS OF MEDITATION

*Ook last van coronahumeur?
Extra vitamientjes nodig?
Doe mee aan Vitamine-M22.*

EXPERIMENTEREN
MET MEDITEREN

WWW.MEDITATIONFOREVERYONE.BE

22 DAGEN
OP JOUW RITME





OP EIGEN TEMPO

Omdat meditatie vroeger voor mij een zoveelste 'to do' was, kwam ik er meestal niet toe. Door de kleine dosissen die door Vitamine-M22 werden aangeboden lukt het me deze keer wèl om bijna dagelijks even te mediteren.

Katrijn

ENERGIEBOOST

Ik heb M22 ervaren als inspirerend, helend, motiverend en rustgevend. Kortom, ze gaven me een deugdadoende energieboost!

Mieke

Vitamine-M22 was voor mij een eerste kennismaking met meditatie. De webinars gaven me inzicht in wat meditatie met mijn brein doet. Ik merk dat ik me nu minder laat meeslepen door mijn angst rond corona. Mediteren ga ik zeker blijven doen.

Katrien



AANBOD

Meditatievitamine

22 dagen een meditatievitamine met tips, een wetenschappelijk weetje, cartoons en inspirerende gedachten in je mailbox
alle materiaal en webinars blijven beschikbaar
gratis vitaminenboek

3 online contactmomenten
dinsdag 2, 9 & 16 februari 20u30-21u30

Inhoudelijke input vanuit wetenschappelijk inzicht, elementen uit wijsheidstradities en inspirerende video's

Tips en tricks om te leren mediteren

Meditatiemoment

Kans om vragen te stellen en uit te wisselen met de andere deelnemers

Mogelijkheid alles achteraf te bekijken voor wie er niet kan bij zijn

Individueel gesprek op aanvraag

Kostprijs en contact

€ 22 per deelnemer

www.meditationforeveryone.be

anja@inspiratiekaravaan.be

0495/48 96 27

KICK-OFF
2 FEBRUARI

www.meditationforeveryone.be