

Aanbod workshops

Do It Yourself-workshops

We gaan zelf aan de slag om natuurlijke en gezonde alternatieven te maken. Producten zonder schadelijke stoffen. Natuurlijk mag je deze achteraf meenemen naar huis!

 **Soja waxinelichtjes in “bevroren” lichthoudertjes**

Stearine en paraffine zijn niet goed voor onze gezondheid, ook de roet vervuult alles in je omgeving. Wij gaan soja wax gebruiken om kaarsjes te maken. Daarna maken we bevroren lichthoudertjes om deze kaarsjes in te plaatsen

 **Geurkaars**

Zelf geurkaarsen maken is leuk om te doen en geeft je huis een heerlijke gezonde geur.

 **Massagekaars**

De massagekaars geeft een heerlijke geur vrij tijdens het branden en de olie die eruit ontstaat is geschikt voor het hele lichaam.

 **Zachte scrub voor (tuin) handen**

Een scrub is een korrelig goedje dat je kunt gebruiken om dode huidcellen van je huid te wrijven. Je handen worden niet alleen schoon, maar voelen ook weer heerlijk zacht en glad.

 **Natuurlijke lipgloss maken**

 **Lipbalsem maken**


 **Beewraps**

Bijenwasdoeken (in het Engels Bee's wrap) vormen een afvalvrij alternatief voor plastic folie en plastic zakjes om eten in te bewaren. Je kan ze gebruiken om een halve paprika of boterhammen in te bewaren of om een kom mee af te dekken.

 **Je eigen deodorant maken**

Regelmatig komt er weer een bericht ergens tevoorschijn over de gevaren van het gebruik van deodorant. De grote boosdoeners zijn de ingrediënten aluminium en parabenen.

 **Massage olie maken**

 **Kruidige cadeau's maken**

We maken enkele kruidenbereidingen die je als cadeau kan geven of lekker zelf houden.

Mind, body and soul



Klankreis: klankschalen, sjamanendrums of klankcirkel

Heerlijk ontspannen op de trillingen. Laat je meevoeren op het ritme naar een andere wereld. Geniet van een heerlijke klankmassage



Relaxatie

Een mix van ontspanningsmethoden (visualisatie, ademhalingsoefeningen, Qi Gong, zelfmassage,...).



Begeleide visualisaties

Een oude methode waarbij gebruik gemaakt wordt van fantasie en het oproepen van een beeld in gedachten. Je wordt meegenomen naar een plaats en/of moment waar je diepe rust ervaart.



Mandala

Mandala's zijn prachtige cirkelvormige figuren met symmetrische elementen. Het woord en betekent letterlijk: 'magische cirkel', of 'magisch wiel'. Leer hoe je zelf uw eerste mandala tekent.



Bullet journal

Dé tool die jou helpt met meer productiviteit en overzicht, wat natuurlijk heel goed klinkt. Eigenlijk is het een planner, dagboek, agenda, to-do list en schetsboek in één



Hoe gebruik je een edelsteen?

Heb je een mooie edelsteen gekocht of gekregen maar heb je geen idee wat je er eigenlijk mee moet doen? Ligt je edelsteen stoffig te worden op de vensterbank? Je voelt de aantrekkingskracht van die mooie, glanzende, magische steen. Je zou hem voor zo veel dingen willen gebruiken, als je maar wist wat en hoe. Voor als je meer wil dan je edelsteen op de vensterbank leggen!



Pendelen

Iedereen kan pendelen. Zullen we dat samen ontdekken?



Wat is een gids?

Wat is het verschil tussen een gids en een beschermengel? Maak kennis met je gids.



Energetisch zuiveren

Hoe je je als gevoelig persoon beschermt tegen energie die niet van jou is. Hoe ga je om met negatieve energie in je huis



Etherische olie

Ben je nieuwsgierig naar etherische oliën en aromatherapie? Wil je graag weten hoe deze jou en je gezin in het dagdagelijkse leven kunnen helpen? Dan is deze introductie een zeer goede start voor jou!



Handlettering

Initiatie. Decoratief versierde woorden of spreuken op wenskaarten, platen of notitieblokjes



Chakra en aura

Ieder levend wezen heeft een aura, ook dieren, planten en bomen, en zelfs stenen hebben energetische velden om zich heen. Leer zelf een aura te zien.

Langer lopende workshops/reeks



Lenormand 4 x 2u Leer kaartleggen met Lenormand kaarten.



Mandala Na de initiatie kan je hier ook een reeks aan koppelen. Bv een reeks van 10 lessen, op een vast tijdstip.



Relaxatie Wekelijks of 2-wekelijks ontspanningsmoment.



Therapeutisch en intuïtief creatief ontspannen

Wil je graag meer tijd voor jezelf vrijmaken met een creatieve manier van onthaasten? Heb je nood om met gelijkgestemden te socializen en stil te staan bij wat er speelt in je leven?

Niets voorstellend schilderij, intuïtief kleien, Spons en draad schilderij, Ik en de ander, Masker binnen en buitenkant, Geleide dagdroom, Onbewoond eiland, dreamboard, intuïtief schilderen ... dit zijn slechts een paar voorbeelden van de onderwerpen waarmee we aan de slag kunnen gaan.

Dit kan een eenmalig moment, een (halve) dag zijn of een langer lopende reeks.

Prijs overeen te komen, al naargelang de grootte van de groep en duurtijd van de lesmomenten.



Levensboom of dromenvanger maken

Keuze uit heel veel verschillende materialen om jou eigen prachtige levensboom of dromenvanger te maken