

[Klik hier om deze email in uw browser te lezen](#)

De Kanteling Nieuwsbrief

December 2014



De Kanteling
 psychotherapeutisch centrum voor personen met een beperking
 of chronische ziekte
 De Reep 13 2970 schilde

BEZOEK ONZE SITE

www.dekanteling.be

ONS CONTACTEREN?

info@dekanteling.be

telnr: 0486.800.349

Vergeet je niet te leven
zei iemand mij laatst
de tijd hield stil
een adempauze even

en als je nu eens zonder haast
buiten de tijd om wil
slagbomen neergelaten
dolgedraaide wijzerplaten

onder je door of langs je heen
ze laat voor wat ze zijn en dan
meer lucht en ogen van

het goede aardse zien
een beetje ruimte worden
en ademen
en loslaten
en opnieuw verbinden

Vond jij 2014 ook een druk en vol jaar met een chronisch gevoel van "tijdsgebrek"?

Dan was je vast en zeker niet alleen 😊

**Voor 2015 wenst het team van De Kanteling
iedereen de kunst van schrappen en stilstaan
en van kiezen voor datgene wat werkelijk telt!**

IN DEZE NIEUWSBRIEF

Onze beste wensen!

Aankondiging activiteiten

**mindfulness sessies
/reeksen**

—voor iedereen en in het bijzonder voor
personen met een chronische ziekte

- voor personen met autisme

Gespreksavonden

voor personen met autisme en een
normale begaafdheid

**U kan ons 'sociaal fonds'
steunen**

-door wijn of cava te kopen

-door één van de boeken te kopen die
vermeld staan op onze website

-door een gift te schenken tvv ons
project

Prettige feestdagen!

Aankondiging activiteiten voorjaar 2015

**'Wintersessies' mindfulness voor wie geïnteresseerd is om te
proeven van wat mindfulness kan betekenen.**

Deze wintersessies gaan door op zondagen 15 februari en 22 maart 2015, telkens van 10u30 tot 12u30

Bijdrage: 15€ per sessie. **Voor folder: [klik hier](#)**

We kondigen ook al de volgende voorjaarsreeks mindfulness aan die start in april 2015. **Voor folder :**
[klik hier](#) Voor inschrijving: [klik hier](#)

**De wintersessies en de voorjaarsreeks zijn geschikt voor iedereen en in het bijzonder voor
personen met een chronische ziekte!**

**In februari 2015 start de 3e mindfulness reeks voor personen met
autisme**

Deze reeks gaat door op vrijdagavonden telkens van 19u - 21u30 en wordt begeleid door twee
therapeuten gespecialiseerd in ASS en mindfulness.

Voor folder: [klik hier](#) Voor inschrijving: [klik hier](#)

**Gespreksavonden voor mensen met autisme en een normale
begaafdheid.**

Elke laatste vrijdag van de maand organiseren we een 'praatavond' rond thema's zoals vriendschap,
relaties, zelfbeeld, omgaan met kwaliteiten en beperkingen van ASS, sociale regels,
piekergedachten... Eigen thema's zijn ook welkom.

Deze avonden gaan door in kleine groepjes en je schrijft in voor de ganse reeks van zes avonden.
De avonden worden begeleid door een therapeute van De kanteling vertrouwd met ASS **voor folder:**
[klik hier](#)

De Kanteling vzw steunen!

Vanaf de start van ons project zijn we gestart met een 'sociaal fonds' omdat we van mening zijn
dat psychotherapeutische ondersteuning voor iedereen betaalbaar en toegankelijk moet zijn.

Als niet gesubsidieerde vzw zoeken we voortdurend sponsors en sympathisanten die ons 'sociaal
project' mee willen ondersteunen.

Lees er meer over in onze folder 'kopzorgen' **[klik hier](#)**

u kan ook weer heerlijke wijn en cava bestellen bij De Kanteling voor uw eindejaarsfeest of receptie.
Ons aanbod vindt u **[hier](#)**. Een eenvoudig seintje naar **info@dekanteling.be** en we regelen de
practische zaken.

of u kan één van de boeken aankopen tvv ons sociaal fonds **[klik hier](#)**

Wenst u deze mail niet meer te ontvangen of wil u uw gegevens wijzigen

[Uitschrijven / Gegevens wijzigen](#)