

gratis

nr. 21 • februari 2011

Vlaanderen, Brussel en Zuid-Nederland

Verschijnt niet in januari en augustus

# Agenda PLUS

www.agendaplus.be

Weldoen, weldenken, welzijn!

## Leven onder hoogspanning

- + Interview: Marcel Messing
- + Spiritual Response Therapy
- + Miso - elixer van gezondheid

€ 2  
korting  
beurs Eco  
Therapeutica  
zie p. 63

# hoog-spanning Hoog-spanning

## voorwoord

Het nieuwe jaar is nog maar net begonnen en oeps... het is al februari en Agenda Plus gaat zijn derde levensjaar in. Wat vliegt de tijd! Dankzij (of ondanks) allerlei hoog-technologische snufjes gaat alles zoveel sneller en soms is dat nog niet snel genoeg. We hebben het allemaal druk, druk, druk waardoor we onder spanning komen te staan. Meer nog; onder hoog-spanning. En dit niet alleen figuurlijk, maar jammer genoeg soms ook zeer letterlijk. Computer, gsm, wifi,... er komt tegenwoordig wat op ons af! Vragen, antwoorden én nuttige tips vind je in en bij het dossier 'Leven onder hoog-spanning'.

Wist je dat – volgens Japanse traditie – een vrouw om te kunnen trouwen, moet kunnen aantonen dat ze een degelijke miso-soep kan maken? Gelukkig is het bij ons zover nog niet. Het staat in elk geval vast dat het gebruik van miso heel wat voordelen op gezondheidsvlak biedt.

In ons interview met Marcel Messing doen we meer dan ooit beroep op je onderscheidingsvermogen. Zijn kijk op het wereldgebeuren is scherp en eigenzinnig. Dit alles met de intentie om mensen kansen te bieden om te ontwaken en in vrijheid te kiezen voor onvoorwaardelijke liefde.

Tot slot belichten we de Spiritual Response Therapy. Een eenvoudige, snelle en efficiënte methode om jezelf te ontdekken. Omdat deze therapie op verschillende niveaus werkt, bevordert ze de spirituele groei, verruimt ze het bewustzijn en herstelt ze eveneens het zelfhelende vermogen.

Ik wens je mooie groeimomenten

Yves Nivelsteen

voorwoord .....	3
andere kijk .....	5
meditatielopagina .....	7
dossierartikel: <i>Leven onder hoogspanning</i> .....	8
avant-premières .....	16
natuurlijke voeding: <i>Miso</i> .....	21
interview met Marcel Messing: <i>Worden wij wakker?</i> .....	25
beter leven: <i>Spiritual Response Therapy</i> .....	35
positieve actualiteit .....	32
agenda 'van dag tot dag' .....	35
rubrieksagenda .....	40
handleiding Agenda Plus .....	57
wist je dat? .....	58
zoekertjes .....	61
lezen .....	62

### UITGEVER

Uitgeverij ACCORDIA bvba  
Maaltebruggestraat 156A  
9000 Gent  
Tel.: 0497 549 615  
Fax: 070 41 45 39  
contact@agendaplus.be  
www.agendaplus.be  
Rekening: 363-0341596-02

**HOOFDREDACTEUR &  
VERANTWOORDELIJKE UITGEVER**  
Yves NEVELSTEEN  
yves@agendaplus.be

### REDACTIE

Linda MYS  
Lien VAN LAERE

### VORMGEVING

Olivier DESURMONT  
olivier@agendaplus.be

### PUBLICITEIT

Patrick DALLE - 0474 997 085  
patrick@agendaplus.be  
Linda MYS - 0473 923 466  
linda@agendaplus.be

### DISTRIBUTIE

Isabelle DESPEYROUX  
distributie@agendaplus.be

### OPLAGE

35.000 exemplaren

### ABONNEMENT

Ontvang je graag *Agenda Plus* rechtstreeks bij je thuis, neem dan een jaarabonnement door 18 euro te storten op onze rekening.

### AGENDA PLUS WALLONIË

Jean ANNET - 081 43 24 80  
jean@agendaplus.be

*Agenda Plus* is gratis te vinden in meer dan 1300 verdeelpunten (www.agendaplus.be/verdeelpunten), waaronder natuurvoedingswinkels, (bio)bakkers, vegetarische restaurants en gespecialiseerde boekenwinkels. Je vindt ons ook op beurzen, in stagecentra en in de wachtzalen van bepaalde therapeuten, osteopaten, acupuncturisten, homeopaten en huisartsen.

Adverteerders zijn verantwoordelijk voor de inhoud van publiciteit.

Versijnt niet in januari en augustus.  
Foto op de cover: © Julien Eichinger  
- Fotolia.com



**Celvernieuwer  
Anti-Allergie  
Concentratieverhogend  
Vochtafrijvend  
effect op spataders**



**Cholesterol  
onder controle  
Zuivere vaten  
Optimale circulatie  
Langer jong en vitaal**



Infolijn: 052/21 72 39



**SANTUREL INTER**  
Aandacht voor gezondheid en vitaliteit!

Vlasbloem 14 - 9200 Grembergen  
Tel: 052 21 72 39 - Fax: 052 20 36 69  
Info@santurel-inter.com  
www.santurel-inter.com



## Gula Java Cacao van Amanprana: Michael Phelps, de zwemkampioen, drinkt magere chocolademelk in plaats van energiedrank

Meerdere onderzoekers bevestigen dat magere chocolademelk snellere recuperatie na een intense fysieke inspanningen bevordert dan energiedranken op basis van suiker. Gula Java geeft je verschillende suikers en voldoende eiwitten en elektrolyten tijdens je sportprestaties.

**ORAC waarden:** hoe hoger de Orac, des te meer antioxidanten je voeding bevat. Voor meer weerstand en snelle recuperatie.



	Per 100g Gula java Amanprana	bruine suiker	witte suiker
Stikstof	202 mg	10	0
Fosfor	79 mg	3	0
Kalium	1030 mg	65	2.5
Calcium	6 mg	24	6
Magnesium	31 mg*	7	1
Cloride	470 mg	18	10
Zwavel	26 mg	13	2
Borium	0,6 mg	0	0
Zink	2,2 mg	0,2	0,1
Mangaan	0,26 mg*	0,2	0
Ijzer	5,1 mg*	1,3	0,1
Koper	0,35 mg*	0,06	0,06
Chroom	12 ug	-	0
Inositol	258mg*	-	-

Bron: SGS Filippijnen en SGS Antwerpen\*

**Glycemische Index IG:** hoe lager de GI, des te stabiel je suikerspiegel

Geraffineerde suiker 68

Oersuiker, Rapadura 61

Ahorn 54

Honing 48

Agave 40

Gula Java 35



in natuurvoedingswinkels of thuisgeleverd via [www.amanvida.eu](http://www.amanvida.eu)  
Info: [www.noble-house.tk](http://www.noble-house.tk)  
Tel 03 653 25 41



SERENE LEVENSKRACHT

andere kijk

## Goede nachtrust om verkoudheid te voorkomen

De oplossing voor een verkoudheid blijkt veel eenvoudiger te zijn dan vitaminesupplementen te nemen of jezelf vol medicatie stoppen: genoeg en goed slapen zou voldoende zijn. Uit recent wetenschappelijk onderzoek blijkt dat degenen die minder dan zeven uur per nacht slapen drie keer meer kans hebben om ziek te worden dan degenen die aan acht uur of meer komen. Degenen die een erg efficiënte nachtrust hebben, lopen vijf keer minder kans om een verkoudheid te ontwikkelen dan degenen die minder efficiënt slapen. [Bron: [happynews.nl](http://happynews.nl)]



© innapryor - Fotolia.com

## The Story of Electronics...

Elektronica gaan niet zo lang mee. Ze kunnen niet meer mee met de upgrades (computers) of hun batterij begeeft het en het blijkt goedkoper om een nieuwe te kopen i.p.v. de batterij te vervangen (gsm) of er komen nieuwere, hipper toestellen uit (mp3). Recycleren? De fabrikant voert je oude spul uit naar armere landen, waar armere mensen de kostbare metalen uit je spul halen, de rest terug op de hoop smijten en er nog eens ziek van worden ook. Een filmpje over deze "moderne manier van handel" vind je op [www.storyofstuff.org](http://www.storyofstuff.org)



## Verzet tegen bodyscanners groeit in VS

In de VS neemt de weerstand tegen bodyscanners, waarmee aanslagen moeten worden voorkomen, toe. Naast verenigingen van reizigers keren twee pilotenvakbonden zich tegen de volgens hen schadelijke scanners. De vakbonden drukken piloten op het hart om de bodyscans te ontwijken; deze zouden voor gezondheidsschade kunnen zorgen. Ook verenigingen van reizigers zetten zich openlijk tegen de bodyscanners of het alternatief: het strengere fouilleren. Hierbij zouden ook intieme lichaamsdelen worden aangeraakt door beambten van de TSA-beveiliging. Een van de organisaties heeft 24 november tot National Opt-Out Day uitgeroepen; de bedoeling is dat reizigers op die dag 'nee' zeggen tegen een bodyscan om zo lange wachtrijen te creëren. [Bron: [tweakers.net](http://tweakers.net)]



# Samenwerken

'Wie hard werkt, telt op.  
Wie samenwerkt, vermenigvuldigt.'  
[Jef Colruyt]

## NASA: buitenaards leven is toch mogelijk!

Wetenschappers hebben in een onwezenlijk zoutmeer in Californië verrassend een bacterie gevonden die het uiterst giftige arsenicum eet. De hamvraag is of er gelijkaardig microscopisch leven op andere planeten zou kunnen zijn. De vondst gebeurde in sedimenten van het Monomeer, ook bekend van een foto voor het album "Wish You Were Here" van de Britse rockband Pink Floyd. Het meer is zodanig met arsenicum vergiftigd dat elke vorm van leven uitgesloten werd geacht. Maar er dook toch een bacterie op die fundamenteel anders is dan alle andere levensvormen op Aarde. Tot nu toe gold dat alle leven op onze planeet is opgebouwd uit zes scheikundige elementen: zuurstof, waterstof, koolstof, stikstof, zwavel en fosfor. De bewuste bacterie gebruikt nu arsenicum in plaats van fosfor als zesde element. Ze zou de stof zelfs integreren in haar DNA. Hiermee is voor het eerst bewezen dat een centraal element van het leven op Aarde door een ander kan vervangen zijn. Een en ander heeft dus gevolgen voor de zoektocht naar buitenaards leven, want dit zou er heel anders kunnen uitzien dan tot nu toe werd gedacht. [Bron: [De Standaard](http://DeStandaard)]





▲ Recept Budwig-papje: [www.noble-house.tk](http://www.noble-house.tk)

## Omega's om de batterij van elke cel op te laden

De mens bestaat uit miljarden cellen. De vitaliteit van elke cel is voor een groot deel afhankelijk van de kwaliteit en bescherming die de celwanden (membranen) bieden. Celwanden bestaan voornamelijk uit vetten. Voldoende omega-3/6 maken de celwanden soepel en doorlaatbaar waardoor zij voedingsstoffen kunnen opnemen. Zij zorgen er tevens voor dat de batterijen van onze cellen opgeladen kunnen worden. Zij zorgen voor de geleiding en opwekking van elektrische impulsen. Te weinig omega-3/6 maakt ons moe, lichame-lijk en geestelijk.

**Johanna Budwig over het opladen van onze batterijen:** 'De tweepoligheid tussen vet (celomhulsel) en

eiwit (celkern) is van fundamenteel belang voor het behoud en de structuur van alle levende cellen. Deze tweepoligheid hangt grotendeels af van de aanwezigheid van voldoende omega-3/6. Het gebrek aan omega-3/6 verlamt vele vitale functies van de cel. Wanneer de tweepoligheid tussen de celkern en het celomhulsel wordt vernietigd, door bijvoorbeeld een tekort aan omega-3/6 of door gedeeltelijk of geheel geharde vetten (transvetten) te consumeren, betekent dit dat de elektrische lading verdwijnt. Met andere woorden de batterij van de cel geraakt leeg.' Verkrijgbaar in deelnemende natuurvoedingswinkels of thuisgeleverd via [www.amanvida.eu](http://www.amanvida.eu) Info: tel 03 653 25 41, [www.noble-house.tk](http://www.noble-house.tk)

**Eicosan perilla is zeer rijk aan omega-3. Bevat voldoende omega-7 en 9 en weinig omega-6. De Eicosan kruiden versterken de werking van omega-3. 1 theelepel of 1 eetlepel per dag, vult het omega-3 tekort snel weer aan.**



meditatie...

Vertrouwen  
loslaten

Laat het streven naar volmaaktheid los; in alles zit een barst. Zo komt het licht naar binnen.

[Louise Penny]



# Leven onder hoogspanning

© Julien Eichinger - Fotolia.com

*Als kind werd ons verteld dat we best niet te dicht bij de televisie konden zitten. Vandaag bellen we op het strand, surfen we op café en zitten we vaak uren aan een stuk voor een computerscherm. Zijn elektromagnetische stralingen een reëel risico voor de volksgezondheid en raken we stilaan de draad niet alleen letterlijk, maar ook figuurlijk kwijt? Of zijn de gevaren – zoals andere studies lijken uit te wijzen – niet alleen onzichtbaar, maar ook overroepen?*

Gsm-toestellen, snoerloze huistelefoons (DECT), draadloos internet, babyfoons, gps... Het voorbije decennium liet zich kenmerken door een explosie van nieuwe draadloze systemen. Vandaag kunnen we met zijn allen snel, praktisch en vrijwel onbegrensd met elkaar communiceren, zowel binnenshuis als buitenshuis, waar en wanneer we willen. Zelfs in scholen en ziekenhuizen worden tegenwoordig draadloze netwerken geïntroduceerd. De nieuwe technologie brengt natuurlijk heel wat schitterende mogelijkheden met zich mee, maar tegelijkertijd maken steeds meer individuen zich zorgen over de mogelijke schadelijke gevolgen van het gigantische draadloze netwerk waarin we leven. Is al die elektromagnetische straling wel zo onschadelijk? Dat je beter niet onder een hoogspanningskabel gaat wonen, is voor velen ondertussen een evidentie – voor de gezondheidsrisico's worden we al jaren gewaarschuwd. Maar hoe zit het met de

wildgroei aan draadloze toepassingen die ervoor zorgt dat we dag en nacht blootgesteld worden aan onzichtbare straling?

De vele wetenschappers die zich over het thema buigen, lijken het allesbehalve met elkaar eens te zijn. Met de regelmaat van de klok duiken alarmerende berichten op die erop wijzen dat regelmatige blootstelling aan hoogfrequente elektromagnetische straling (microgolven) wel degelijk bijzonder schadelijk is, om dan even snel gevolgd te worden door andere berichten die de gemoederen weer sussen. Raak daar als leek nog maar eens wijs uit...

Dat het thema ook in Vlaanderen sterk leeft, blijkt onder meer uit de nieuwe opleiding rond elektromagnetisme die dit jaar van start ging aan de Gentse Universiteit: een antwoord op de groeiende bezorgdheid rond elektromagnetische vervuiling bij de bevolking.

## De draad kwijt

Elektromagnetische straling wordt onderverdeeld in laagfrequente velden enerzijds (vrijwel alle elektrische leidingen en apparatuur in huis) en hoogfrequente straling anderzijds (radio, TV, mobiele telefoons en allerhande draadloze snuffjes). Vooral de hoogfrequente en gepulste straling wordt gelinkt aan gezondheidsproblemen, omdat zij diep in het organisme doordringt en daar de biologische processen flink zou verstoren. Zo linken heel wat wetenschappers ook de sterke toename van slaapstoornissen aan onder andere elektromagnetische invloeden. Elektrosmog zou namelijk de aanmaak van melatonine verminderen, een lichaamseigen stof die ons helpt om de slaap te vatten. Maar daar houdt het verhaal niet op. Her en der duiken ook onrustwekkende berichten op die elektrosmog linken aan vermoeidheid, stress, hoofdpijn, oorsuizen, cognitieve problemen, depressies, hartkloppingen en zelfs kinderleukemie, tumoren, kankers, DNA-breuken en neurologische ziekten. Vooral bij kinderen, die nog in volle ontwikkeling zijn en dus extra gevoelig zijn

voor externe factoren, zou de constante blootstelling aan elektrosmog voor grote gezondheidsrisico's zorgen.

## Leven in de magnetron

Toen in 2010 de plannen werden onthuld om verschillende steden om te bouwen tot ware i-cities waar je ook op straat draadloos kunt surfen, ontstond een hevige polemiek over de zin en onzin van leven in een hotspot. Onverstandig, overbodig en gevaarlijk, zo zegt de ene expert. De risico's zijn onder controle, stelt een andere ons gerust. Loopt de technologie vooruit op het onderzoek, zoals door bezorgde wetenschappers wordt beweerd? Springen we onzorgvuldig om met de moderne technologieën?

Zelfs onze voeding ontsnapt tegenwoordig niet meer aan de bestralingstechnologie. De Codex Alimentarius (een verzameling standaarden en richtlijnen met betrekking tot voedsel, de productie van levensmiddelen en voedselveiligheid) legt een procedure op waarbij ioniserende straling door het voedsel wordt geleid om zo micro-organismen te doden die voedselbederf of ziekten bij plant, dier of mens kunnen veroorzaken.

Vooraf het feit dat we ook buiten onze eigen woningen willens nillens worden blootgesteld aan grote hoeveelheden stralingen zonder dat de daarmee verbonden risico's zijn gekend, wordt door verschillende verontruste deskundigen aangeklaagd. Zij gaan ervan uit dat het voorzorgsprincipe moet gehanteerd worden: zolang we niet of onvoldoende weten wat de gevolgen van de straling zijn voor zowel mens, dier als plant, zouden we zeer voorzichtig en terughoudend met de nieuwe technieken moeten omspringen.

## De veelbesproken stralingsnorm

Maar zijn er dan geen normen om ervoor te zorgen dat de straling waaraan we worden blootgesteld binnen de per-

asv-electrosmog.be

metingen en advies  
bij electrosmog

vrijblijvende  
prijsaanvraag  
voor een woonplaats-  
onderzoek via website

### GEOBIOLOGISCHE EXPERTISE EN SANERING van woningen, bedrijven en bouwgronden.

Meten en saneren van elektrische, magnetische,  
elektronische straling, aardstralen,  
breuklijnen en wateraders

Afschermen van elektrosmog en straling van UMTS/  
GSM masten, draadloze telefoon, draadloos internet

Opmeten van meer dan 45 soorten straling.

**Domisan** sanering met garantie – meer dan 700 dankbrieven !

Vermelding als expert in het boek Dr. Driscart  
"Een boodschap van hoop".

Gratis info op 070/233.007 - 02/356.32.82 - [www.domisan.be](http://www.domisan.be)



**maxi energy**

Maxi Energy v.o.f.  
Fluttemstraat 16  
9650 Zwalm  
info@maxienergy.be  
[www.maxienergy.be](http://www.maxienergy.be)  
0494/406878  
0478/339919

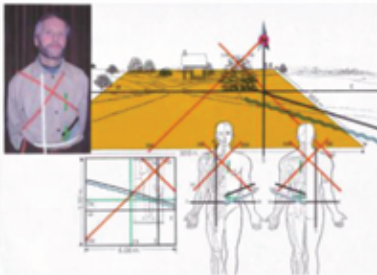
## FOSTAC MAXIMUS®

Zwitsers topproduct in vrije energie

- Harmoniseert elektrosmog
- Herpolariseert wateraderen en geopathische belasting
- Verbeterd de energetische woon- werk omgeving
- Verhoogd de efficiëntie van elektriciteit

Info avonden: plaats en wegomschrijving zie website  
in Gent 20-22u : di 25 jan - di 22 mrt - do 12 mei  
in Zwalm 20-22u : do 10 feb - 25 juni

### GEZOND WORDEN IN EEN GEZONDE WONING ... HET KAN !



een test op uzelf,  
onderzoek van uw woning,  
opleidingen tot woonbioloog

**ARCHIBO-BIOLOGICA**

03 449 39 00

[info@archibo-biologica.be](mailto:info@archibo-biologica.be)

[www.archibo-biologica.be](http://www.archibo-biologica.be)



#### MAAK VAN JE HUIS EEN THUIS!

Energetische zuivering van je huis  
en plaatsen van bescherming tegen  
electrosmog, aardstralen, wateraders enz.  
Bel voor GRATIS offerte 0475 70 45 10

ken blijft? Natuurlijk wel. De vraag die voor de grote discussie zorgt, is waar je de grens trekt tussen een aanvaardbare en een onverantwoorde dosis straling. Volgens het Bio-Initiative Report zijn de huidige normen doorgaans veel te laks. Het rapport is een document dat in 2007 door een groep onafhankelijke wetenschappers werd gepubliceerd op basis van meer dan 2.000 wetenschappelijke studies. In het rapport wordt een voorlopige stralingsnorm voorgesteld van maximaal 0,6 volt per meter als totale hoeveelheid straling waaraan iemand mag worden blootgesteld. Een norm die perfect haalbaar zou zijn door een aantal eenvoudige technische ingrepen, zoals een lager vermogen en een hogere plaatsing van antennes. In Vlaanderen werden de normen recent verstrengd en geldt momenteel een norm van 3 volt per antenne en een cumulatieve totaalnorm van 20,6 volt per meter. De verstrenging is een stap in de goede richting, maar wetenschappers uit het verontruste kamp zijn van mening dat een veel drastischere verstrenging absoluut noodzakelijk is. Want er mag dan nog geen homogeen en 'sluitend' bewijsmateriaal bestaan voor de schadelijkheid van straling, er zouden wel meer dan voldoende aanwijzingen zijn die aanzetten tot voorzorg. In steden als Salzburg en Liechtenstein kiest men in ieder geval duidelijk voor de voorzorgsmaatregel: de stralingsnorm werd er zeer sterk verlaagd.

### Ziek van straling of van angst?

Niet alleen wetenschappers maken zich zorgen, er duiken ook steeds meer getuigenissen op van elektrogevoelige mensen. Inbeelding – zoals wel eens wordt beweerd? Of gaat het wel degelijk om een reële problematiek en wordt het hoog tijd dat we wakker worden? Worden mensen effectief ziek van

elektromagnetische straling? Of worden ze – zoals sceptici beweren – vooral ziek van een angst die hen is aangepraat? Hoe komt het dat de ene persoon totaal geen last lijkt te hebben van stralingen, terwijl anderen er extreem gevoelig voor zijn en er een waaier van klachten aan linken? Waarom zijn de onderzoeken toch zo tegenstrijdig? Zijn bepaalde resultaten gekleurd omwille van economische belangen? Er lijkt een duidelijke onderverdeling tussen zij die geloven in de risico's van onze draadloze leefwereld en zij die het allemaal maar onzin vinden. Een derde groep weet niet wat ervan te denken en wacht verdere bevindingen af alvorens actie te ondernemen, nog een andere groep neemt liever het zekere voor het onzekere en treft maatregelen om zijn dagelijkse dosis straling te beperken.

### Het menselijke lichaam als magneet

Ook in België heeft het onderzoek de voorbije jaren niet stilgestaan en meent men ondertussen niet alleen de oorzaak, maar ook de behandeling van ziektes door elektromagnetische stralingen te hebben gevonden. In een notendop: stralingen kunnen alleen invloed hebben als ze zich op dezelfde frequentie bevinden als het lichaam, net zoals een radiokanaal alleen ontvangen kan worden als je radio op de juiste fre-



© sborisov - Fotolia.com

De innovatie van iProtect opent een perspectief voor velen. Het biedt een oplossing voor slaapproblemen en tal van stressklachten, waarvan men nu weet dat die zich op het domein van het energetische manifesteren. iProtect verschaft niet alleen een reducerende nachtrust en een fit ochtend gevoel, maar ook een complementaire ondersteuning om herstelfuncties in het lichaam aan te spreken. Tot menige verbazing verdwijnen pijnen en symptomen als sneeuw voor de zon.

iProtect is een civiele toepassing, met de research uit de ruimtevaarttechnologie en is vervaardigd uit natuurlijke materialen zonder metaaldraden, batterijen of elektrische onderdelen. Hierdoor is iProtect geschikt voor iedereen, ook voor slapers met implantaten of een pacemaker.

### **iProtect**

**no one should sleep without  
100% sleep, No Stress**

**iProtect® wordt verdeeld door  
Natuortheek Luzerne  
te Beernem, Stationsstraat 48.  
Tel 050 78 11 41  
[natuortheek.luzerne@skynet.be](mailto:natuortheek.luzerne@skynet.be)  
[www.iprotect.be](http://www.iprotect.be)**

uw bescherming tegen electrosmog



quantiteit is ingesteld. Net zoals die radio ondergaan we dus ook als mens alleen een invloed van de straling als we op een orgaan-eigen frequentie getroffen worden, en onze lichaamscellen – die net als magneten een positieve en een negatieve pool hebben – gaan ompolen. Precies die ompoling zou de oorzaak zijn voor het ontstaan van ziektes door straling. De oplossing lijkt dan ook de logica zelve: de stralingsbron opzoeken en neutraliseren, en daarnaast ook de 'zieke' cellen in het lichaam opsporen en ze terug ompolen met behulp van speciaal daarvoor ontwikkelde magnetjes. Een techniek die in ons land al door verschillende artsen wordt toegepast, en die op goede resultaten en heel wat positieve feedback lijkt te mogen rekenen.

### **De straling neutraliseren**

Er zijn ondertussen heel wat stralingswerende en stralingsneutraliserende producten op de markt voor wie zijn stralingsdosis wil beperken, van stralingspacthes voor je gsm en chips voor je laptop tot neutraliserende juwelen en Suniam-polers (kleine bolle houten elementen) die met behulp van tachyonenergie voor een harmonisering van storende velden zorgen. De zuivere, positieve energie die ze uitstralen zou vergelijkbaar zijn met de weldoende straling van de zon en zou in staat zijn om de storende en negatieve energieën te overstralen met voedende en evenwichtige frequenties. Heel wat elektrogevoelige mensen lijken met deze en andere ontstralende producten goed geholpen. Uiteraard blijft het wel raadzaam om de

werkzaamheid, beloftes en kwaliteit van de vele producten op de markt met een kritische blik en een flinke dosis gezond verstand te blijven benaderen.

### **Stralend de nacht in**

Woonbiologen die elektrosmog en andere schadelijke stralingen ontstoren, hebben het tegenwoordig bijzonder druk. Zij worden ingeschakeld om een 'zieke' woning weer gezond te maken met een 'biosanering'. Ook het in kaart brengen van de stralingsrisico's in een woning

hoort daarbij, zodat de bewoners indien nodig maatregelen kunnen treffen om de woning zo stralingsvrij mogelijk te maken. Omdat de invloed van de straling het grootst zou zijn tijdens onze slaap, werden ook verschillende systemen ontworpen om de straling 's nachts zoveel mogelijk te bannen. Matrassen, hoofdkussens en dekbedden in stralingswerend textiel worden ingezet om slapers een stralingsvrije nachtrust te bieden, zodat ze 's

ochtends niet letterlijk, maar figuurlijk stralend wakker worden. Dergelijk aangepast slaapsysteem zou vooral voor een wereld van verschil zorgen bij mensen die elektrogevoelig zijn (extra gevoelig voor elektrische en elektromagnetische straling). In België zou dat om drie procent van de bevolking gaan. In Zweden is elektro-allergie ondertussen erkend als aandoening en kan men met behulp van een subsidie zijn woning stralingsarm maken. Meer nog: in Zweden en Frankrijk bestaan ondertussen stralingsvrije dorpen!



© Durrer - Fotolia.com

## De bloemetjes en de bijtjes

Niet alleen mensen zouden nadelige gevolgen ondervinden door een langdurig en/of frequente blootstelling aan elektromagnetische straling, ook dieren en planten zouden er lang niet ongevoelig voor zijn en DNA-schade en stressreacties vertonen. Dat bleek onder andere uit een Nederlands experiment waarbij men bestraalde en onbestraalde bomen met elkaar vergeleek. Het onderzoek wees uit dat bomen die in het elektromagnetische veld van wifi-accesspoints (voor draadloos internet) staan, niet alleen afwijkingen in de groei vertonen, maar ook misvormingen en bloedingen – een fenomeen dat zich in de hele westerse wereld zou voordoen. Ook het wereldwijd verdwijnen van de honingbijen wordt in verband gebracht met de elektromagnetische golven van zendmasten. Volgens milieudeskundige Sainuddin Pattazhy zouden de golven onder meer de navigatiecapaciteiten van werkbijen verstoren, waardoor de diertjes de weg naar hun korf niet meer terugvinden en de koningin alleen

met haar eitjes achterblijft, zodat de hele kolonie sterft.

## Een vraagstuk dat tot nadenken stemt

Wat je zelf ook van het hele stralingsvraagstuk vindt, de hele discussie rond de schadelijkheid van straling daagt mensen sowieso uit tot nadenken en zorgt ervoor dat we door ons te informeren ook bewuster keuzes kunnen maken, zonder dat de angst daarbij moet gaan regeren. Of je nu in het gevaar van straling verkiest te geloven of niet, een maaltijd die met liefde al roerend in de kookpotten is bereid, zal je waarschijnlijk meer 'voeden' dan een snelle hap uit de zo sterk onder vuur liggende microgolfoven, en ook een evenwicht vinden tussen je leven on- en offline is geen overbodige luxe. Het is trouwens ook maar de vraag of je echt je mails wilt checken terwijl je geniet van een wandeling aan het strand.

Lien Van Laere

## PROFESSIONALS ELEKTROMAGNETISCHE STRALINGEN

### Domisan

*Beschermt jezelf en red de wereld met de schermaturen van KatamarKT.*

René Smeyers  
070 23 30 07  
info@domisan.be  
www.domisan.be

### KatamarKT

*Bescherm jezelf en red de wereld met de schermaturen van KatamarKT.*

Eric Watté  
0495 818 821  
erik.watte@gmail.com

### Bio-Protect

*Gelukig zonder straling.*

Rudy Vervaet  
Balegemstraat 9  
9860 Balegem  
09 330 46 43  
rudy.vervaet@gmail.com  
www.bio-protect.be

### ing. Marc Rens

*Straling neutraliseren met garantie.*

Sint Elooïsweg 56  
8902 Voormezele  
tel 057 20 98 25  
www.wateraders.be  
info@wateraders.be

### Van Wallendael Stephane

*Geobioloog - H.Ingenieur UCL  
Elektromagnetische audits en geobiologische diagnose.*

Espace de Géobio - énergétique  
02 759 66 71 - 0476 641 111  
svwal@skynet.be

### Archibo Biologica

*Gezond wonen in een gezonde woning... het kan!*

Walter Kunnen  
Prins Boudewijnlaan 323 / 2  
2610 Wilrijk (Antwerpen)  
03 449 39 00  
info@archibo-biologica.be  
www.archibo-biologica.be

## Stralingswerende tips

Elektrogevoelig of niet, wie zijn dagelijkse dosis straling graag beperkt, kan met een aantal eenvoudige zaken rekening houden.

Is een elektrisch apparaat niet in gebruik, trek dan de stekker eruit.

Vermijd langdurig computeren of neem regelmatig een pauze.

Gebruik je een elektrische wekker-radio, plaats hem dan indien mogelijk minstens op een meter afstand van je bed. Hoe verder je van de stralingsbron verwijderd bent, hoe lager de stralingswaarde.

Beperk mobiel bellen en bellen met een draadloze DECT-telefoon en/of bel zoveel mogelijk handenvrij. Tijdens het maken van de verbinding piekt de straling, wacht dus even voor je het toestel aan je oor houdt. Plan je de aankoop van een nieuw toestel, dan kun je opteren voor een ECO-DECT-telefoon met tot 80% lager verbruik en verminderde straling.

Houd bij het computeren en tv-kijken een gezonde kijkafstand en kies bij voorkeur voor een LCD- of plasma-scherm. Een TV-toestel in de slaapkamer is niet aangewezen.

Overweeg de aankoop van een stralingswerende matras en/of beddengoed.

Beperk waar mogelijk het gebruik van de microgolfoven en bewaar afstand terwijl het toestel in werking is.

Zorg in huis voor een relatieve luchtvochtigheid van ten minste 40% om sterk statische en frequentiegebonden elektrische velden te vermijden.

Vermijd kunststoffen bij het inrichten van je slaapkamer, zodat ook statische ladingen beperkt blijven.

Surf waar mogelijk via de kabel in plaats van met Wifi.

### Een stap verder?

Meet de straling in je huis. Beperk de Straling ([www.beperkdestraling.org](http://www.beperkdestraling.org)) verhuurt een meettoestel dat je voor 20 euro kunt ophalen in Brussel of Gent.

Neem een woonbioloog onder de arm voor een biosanering van je woning.

Kies voor stralingswerende muurverf en beglazing.

Bouw een huis met stobralen en leem – uit onderzoek blijkt dat die prima bescherming bieden tegen hoogfrequente straling.

den tegen hoogfrequente straling.

### Bronmateriaal, links en lectuur

[www.straling.nl](http://www.straling.nl) | [www.bioinitiative.org](http://www.bioinitiative.org)  
[www.stopumts.nl](http://www.stopumts.nl) | [www.tachyon-energie.nu](http://www.tachyon-energie.nu) | [www.beperkdestraling.org](http://www.beperkdestraling.org)

Onzichtbare risico's in het draadloze tijdperk, Karel en Caroline Van Huffelen, Uitgeverij The Cross in the Circle of Light, ISBN 978-90-807533-3-4.

Elektrostress en gezondheid, Dr. Ir. Michiel Haas, Uitgeverij Jan van Arkel, ISBN 9074510094

Elektromagnetische straling – Wat kun je ertegen doen?, Y. Sangen, Uitgeverij Ankh-Hermes, ISBN 9020201700





## Roy Martina Health Coaching



Roy Martina is een arts die zich gespecialiseerd heeft in de preventie van ziekten en persoonlijke ontwikkeling. Hij is auteur van meer dan 40 zelfontwikkelings- en zelfhulpboeken waarvan er miljoenen verkocht zijn. Eén van zijn internationale bestsellers is *Emotioneel Evenwicht*. In zijn praktijk als huisarts ontdekte Drs. Martina dat de conventionele geneeskunde niet altijd voorziet in de meest geschikte oplossingen voor ziekten. Daarom schakelde hij voor sommige gevallen over naar alternatieve geneeswijzen zoals acupunctuur, homeopathie, voedingskunde e.d. Toen ook deze geneeswijzen niet de ontbrekende schakel naar volledige he-

ling leken te bieden, raakte Drs. Martina gefascineerd door de verbinding tussen lichaam en geest en begon hij een onderzoek op het gebied van blokkades op heling en hoe we soms onze eigen heling kunnen saboteren.

**Roy Martina komt naar de beurs Eco Therapeutica in Leuven op zaterdag 26/2. Info: [www.eco-therapeutica.be](http://www.eco-therapeutica.be)**



## Dr. Shen Taijiwuxigong®

Dr. Shen Hongxun (°Shanghai 1939) is opgeleid als arts in de Chinese en westerse geneeskunde. Hij beoefent al meer dan 50 jaar taijiquan en leerde deze technieken bij erkende taijiquan meesters, Boeddhistische en Taoïstische monniken en zijn grootvader Shen BaoTai. De speciale interne krachten die hij hierdoor ontwikkelde, integreerde hij met zijn medische kennis. Toen hij enkele van zijn patiënten met behulp van deze krachten ging behandelen, waren de resultaten heel positief. Op basis van deze successen ging hij

door met het bestuderen van het effect van deze behandelmethodes op verschillende aandoeningen. Dit leidde tot de ontwikkeling van het Buqi®-systeem. Dit systeem omvat zowel oefeningen voor zelf-heling - Taijiwuxigong® - als behandeltechnieken om anderen te helpen.

**Dr. Shen komt in maart naar Vlaanderen. Hij geeft o.a. op 1/3 een lezing over qigong in Turnhout. Meer info vind je in de agenda Van dag tot dag.**

PHILIPPE  
**VIGEAN**  
Maison fondée en 1930



Hoogwaardige voedingsoliën  
van eerste koude persing en  
100% BIO

**Enkelvoudig :**

- Argan
- Cameline
- Hazelnoot
- Hennep
- Koolzaad
- Lijnzaad
- Maanzaad
- Notenolie
- Olijf
- Pompoenpit
- Safflorolie
- Sesam
- Zonnebloempit

"Al onze grondstoffen worden zeer zorgvuldig ontstof, gereinigd vooraleer te gebruiken, en ontpeld indien nodig (zonnebloem, pompoen). Het persen gebeurt met kleine schroefpersen, langzaam en op lage temperatuur (40°C) Onze oliën worden niet gecentrifugeerd, ze worden enkel gefilterd door een voor voeding aangepast vloeipapier, zonder chemische additieven die voor een bepaald vetgehalte moeten zorgen", legt Philippe Vigean uit, onze olieboer die de know how van 3 generaties oliepersers vertegenwoordigt. Kort gezegd, is de bekomen olie het natuurlijke sap dat alle essentiële voedingsstoffen bevat, karakteristiek voor een natuurlijk kwaliteitsproduct.

Ons gamma van dieetwaardige oliën werd voor u samengesteld om u te helpen een gezond evenwicht te bereiken tussen de essentiële vetzuren omega-6/omega-3, die noodzakelijk voor de gezondheid.

De selectie van elke samengestelde olie is bepaald op basis van zijn voedingswaarde, zijn anti-oxyderende kracht en zijn smaak.

**of samengesteld :**



**Omélior**

Olijf & Cameline

**Duodor**

Olijf & Notenolie

**Triodor**

Kolzaad - Teunisbloem - Pompoenpit

**Quatuor**

Koolzaad - Sesam - Olijf - Pompoenpit

**Quintuor**

Koolzaad - Sesam - Notenolie  
- Hennep - Teunisbloem

**Biocolive**

Koolzaad - Olijf

[www.vajra.be](http://www.vajra.be)

**vajra**

02 731 05 22

[info@vajra.be](mailto:info@vajra.be)

Een volledig gamma voor de natuurvoedingwinkels, kruidenwinkels, restaurants, scholen en biomarkten.



**Cranio**  
*de zen in lichaamswerk*

Cranio Sacraal voor Iedereen  
*Etienne Peirsman*  
- Opleiding te Gent en te Breda -

Voor inlichtingen:  
tina.vervaeke@skynet.be  
09 223 95 10



Energy Saving Lamps [www.megaman.be](http://www.megaman.be)

Al sinds eeuwen is **licht** een eerste levensbehoefte voor alles wat leeft. Maar licht is veel meer. Licht inspireert, motiveert en ontspant. Dat geldt niet alleen voor natuurlijk licht maar ook voor kunstlicht. Licht geeft vorm en kleur aan onze omgeving.

Life n Light

**MEGAMAN®**



natuurlijke voeding

© Monkey Business - Fotolia.com

## Miso

een elixir van  
gezondheid  
en vitaliteit

*Miso is een traditioneel Chinees/Japans voedingsmiddel in pastavorm met zeer uitgesproken gezouten smaak en met een kleur die varieert van lichtbruin tot zeer donker, bijna zwart. Miso wordt gemaakt van sojabonen, zeezout en, volgens het recept, met gerst of met rijst.*

niet kan worden bekomen door de artificiële verouderingsprocessen in modernere methodes.

Miso, waarvan de eerste aanzet van smaak zout is, heeft niettemin een zachtzoete en genereuze ondertoon. Door zijn stimulerende en voedzame kwaliteiten, verdient de miso zijn plaats in de macrobiotiek, een voedingsleer ontwikkeld door George Oshawa. Volgens Michio Kushi, zijn opvolger, versterkt miso het bloed, vergemakkelijkt het de vertering en geeft een "warme energie".

In zijn standaard macrobiotisch dieet raadt hij aan 5% van de dagelijkse voedselinname te nemen in de vorm van soepen met miso of tamari (sojasaus die bijproduct is van de gefermenteerde misoproduktie); zijnde 1 à 2 soepkommen per dag. Miso wordt al eeuwen aangeraden als populaire remedie tegen kanker, moeilijke vertering, tabaksverslaving, lager libido en voedingsallergieën.

### De oorsprong van miso

Miso is in China al sinds ongeveer 2500 jaar gekend onder de naam Jiang. Het product zou vervolgens zijn geïntroduceerd in Japan in de 7de eeuw. In de daaropvolgende eeuw had het reeds een belangrijke plaats veroverd en maakte het zelfs deel uit van het salaris van overheidsmensen,

Miso is én een smaakmaker én een basis voor soepen en sauzen. Hij vangt het zout in de dagelijkse keuken. Hij verhoogt de smaak van granen, bonen en groenten. Miso wordt ook gebruikt voor marinades, in de bereiding van sauzen en broodsmeersels, alsook voor de decoratie en smaakgeving van je gerechten.

Miso die langzaam en lang gefermenteerd wordt, is meestal veel donkerder dan een miso die in zeer korte tijd wordt bekomen. De traditionele vervaardiging geeft aan deze miso een rijk aroma en smaak die

samen met rijst, zout, soja en andere soorten bonen en granen. Maar het is vanaf de periode van Muromachi, na 1336, dat miso een basis ingrediënt werd in de Japanse keuken. En het is in dit land van de rijkzende zon dat dit product zijn adelbrieven verdiende! Momenteel is de gebruikte soja meestal afkomstig van de Chinese weidse landbouwgronden, omdat deze een zeer grote productie kunnen leveren.

De productie van miso is verheven tot een complexe kunst, vergelijkbaar met de productie van kaas of wijn in Europa. Traditioneel dient een Japanse vrouw om te kunnen trouwen te bewijzen dat ze een deugdelijke misosoep kan bereiden!

#### Uitzonderlijke kwaliteiten

Miso is een verteringsbevorderaar. De levende melkzuurbacteriën bevinden zich enkel in de niet gepasteuriseerde versies. Ze stimuleren de darmflora en verbeteren aldus de gezondheid en de weerstand. Door de onpasteuriseerde miso te gebruiken, verkrijgt men ook volop vitamines, mineralen, enzymen en fundamentele voedingsstoffen.



De enzymen die bijdragen aan de fermentatie van de miso tijdens zijn productie, zijn dezelfde als zij die de vertering van een maaltijd verzorgen.

Miso is ook een uitstekende bron van lactobacillen, die de regeneratie bevorderen van de darmflora, ongewenste micro-organismen bestrijdt en de opname bevordert van de waardevolle bestanddelen uit de voeding. Bovendien stimuleert miso de afscheiding van maagzuren en helpt miso de vergiftiging tegengaan van de vertering van dierlijke eiwitten.

Miso bevat meer dan 12% eiwitten; de fermentatie verleent hieraan nog een 18-tal aminozuren, waarvan 8 essentiële, wat dus zorgt voor een goede opneembaarheid. De fermentatie zorgt ook voor een betere vertering van koolhydraten, verantwoordelijk voor winderigheid na het veelvuldig gebruik van peulvruchten en ook hun afgeleiden (vb. tofoe en sojamelk).

Beter dan de spreekwoordelijke appel die de dokter weghoudt, doet een kom misosoep meer voor uw levensvreugde.

#### De voornaamste soorten miso

Er bestaan verschillende soorten miso waarvan de smaak en de geur verschillen in functie van hun samenstelling, het klimaat en de omstandigheden waarin ze worden gemaakt, de methode van productie en hun rijpingstijd.

#### De sojamiso of "Hatcho miso"

bevat enkel sojabonen en zeezout. Hij wordt gemaakt met minder water en

minder zout dan de andere misosoorten, heeft een drogere smaak en vraagt 2 jaar om op volle rijpheid te komen door zijn zeer langzame fermentatie. De sojamiso heeft een rijke en sterke smaak, is erg vast van structuur en hoewel hij het ganse jaar mag worden gebruikt, wordt hij toch meer gedurende de winter geapprecieerd in soepen. Hij kan ook worden gemengd met andere varianten van miso en is ook zeer geschikt voor het maken van sterkere pickels.

**De gerstmiso of "Mugi miso"** wordt bereikt op basis van gerst, sojabonen en zeezout. Omdat hij wat zachter is, wordt hij veel gebruikt in de dagelijkse keuken.

Hij heeft een lichte aardesmaak, een uitgesproken aroma en kan het hele jaar worden genuttigd. 18 tot 24 maanden fermentatie geven hem zijn excellente kwaliteit. Het is de traditionele miso van het Japanse platteland.

**De bruine rijstmiso of "Genmai-miso" of "Komé-miso"**, bereid met volle rijst, sojabonen en zeezout is de zachtste van de misosoorten. Traditioneel wordt de rijstmiso gemaakt van gepolijste rijst, omdat het buitenste harde gedeelte van de rijstkorrel de fermentatie verhindert. Zijn smaak is rijk en lichter. Hij wordt voornamelijk gesmaakt in soepen gedurende de koudere periodes, in verschillende andere bereidingen en in pekelfocht.

#### De lichte miso

Naast de drie voornaamste donkere miso's "Hacho miso", "Mugi miso" en "Genmai-miso", zijn er ook verschillende lichte en zoetere miso's. Ze zijn veel lichter van kleur (geel, wit, beige of gewolkt) en vragen slechts enkele weken fermentatie, omdat ze ook minder zout bevatten.

De lichte miso is ideaal voor het op smaak brengen van lichtere soepen. Het wordt meestal gebruikt ter vervanging van zuivelproducten in vinaigrettes, sauzen en broodbeleg.

Men verkrijgt de "Natto-miso" door een lichte fermentatie van de sojabonen en gember. Dit geeft een gekruid kondiment die uitstekend in soepen en sauzen kan worden gebruikt. Gaat ook goed samen met paté's, geeft meer smaak aan deegwarengerechten en ovenbereidingen. Tofoe en tempeh kan ermee worden versierd en hij kleurt het hart van sushis en sandwiches.

#### De "Natto-miso" of miso Relish

Men verkrijgt de "Natto-miso" door een lichte fermentatie van de sojabonen en gember. Dit geeft een gekruid kondiment die uitstekend in soepen en sauzen kan worden gebruikt. Gaat ook goed samen met paté's, geeft meer smaak aan deegwarengerechten en ovenbereidingen. Tofoe en tempeh kan ermee worden versierd en hij kleurt het hart van sushis en sandwiches.

**Martin op't Roodt  
en Nyima Wittorski**

#### Bibliografie

- *"Le miso, plus qu'un aliment"* (Ed. Les aliments Massawippi), van Suzanne Dionne, boek gebaseerd op medicinale onderzoeken over miso.
- *"Harmonisation de l'alimentation"* van Aveline en Michio Kushi
- *"Les aliments qui nous soignent"* Philippe Sionneau
- *"Macrobiotische keuken"* Aveline Kushi
- [www.clearspring.co.uk](http://www.clearspring.co.uk)
- Wikipedia





Zeewieren: een potentieel van  
weldaad om dagelijks te ontdekken.



**Mekabu** : bevat Calcium, vitamines van de B groep, waaronder B12 met anti-oxiderende eigenschappen, vitamines C en K1. Zijn gehalte aan minerale zouten is hoog: magnesium, kalium, ijzer, natrium. Mekabu zuivert het organisme, dankzij het algeninezuur, maar het stimuleert vooral de NK cellen van het immunitair systeem, dankzij de fucoidanen, een complex polysaccharide die enkel wordt teruggevonden in bruine algen.

**Wakame** : Van een enorme rijkdom aan eiwitten (tot 21% van het drooggewicht) en aan vitamines (A, B1, B2, B12, C), een evenwichtige bron van essentiële aminozuren: een echt ideale energiecocktail om het organisme te versterken, de groei te bevorderen en de natuurlijke verdediging te ondersteunen alsook de bloedcirculatie.

**Japanees zeewierslade**: om te bereiden 10 minuten in lauw water laten weken. Ongeveer 5 porties per pakje.



## Seitan en Tofu

SEVEN  
ARROWS

Traditionele tofu  
Atsu-age  
(gefriteerde tofu)  
Smeertofu met look  
Smeertofu natuur  
[www.maya-seitan.be](http://www.maya-seitan.be)



maya

seitan  
speltseitan  
seitan fritti  
seitanbrochette  
seitanworstjes  
croque seitan



En als we nu eens minder  
vlees zouden eten?



Bron van gezonde en plantaardige eiwitten.

# Crousty

Ze zijn knapperig, smakelijk  
en vol energie.



Voedings- en dieetdeskundigen zijn formeel: het ontbijt is van groot belang in ons voedingspatroon. Om ochtendluwtes te voorkomen, om meer geconcentreerd en efficiënt te zijn, om snoepbuien te vermijden en om een voedingsbalans te vinden: voor dit alles is een goed ontbijt nuttig.

De dag van een kind doen beginnen zonder ontbijt voor de schooltijd is zoals een vlieger doen vliegen zonder wind. Het is moeilijk om in gang te geraken en nog moeilijker het tempo vol te houden.

6 ariaties omdat de ochtenden  
zich opvolgen, maar nooit gelijk zijn.



la via del  
Grano



La via del grano (de tarweroute) stelt u een volledig gamma koekjes en snacks, geïnspireerd op een pure Italiaanse traditie Crackers, snacks, zandkoejes: natuur of met cacao, gevulde koekjes met peer of met sinaasappel.

[www.vajra.be](http://www.vajra.be)

**vajra**

Een volledig gamma voor de natuurvoedingwinkels, kruidenwinkels, restaurants, scholen en biomarkten.

02 731 05 22  
[info@vajra.be](mailto:info@vajra.be)

**de kleine bron**  
 spiritualiteit esoterie  
 innerlijke groei  
 lezingen cursussen  
 rookvrije fuiven



**Antwerpen Lier  
 Turnhout Mechelen**  
 Gratis proefnummer  
 van ons tijdschrift ?  
 Tel 03/225 0 227  
 www.dekleinebron.be

**Souldance** *uziv*  
**TIBETAANSE YOGA**  
 lu jong  
 tibetan healing yoga



overheulestraat 237 - moorsele - 056/213202 - www.souldance.be

**LFT**® Life Focus Touch  
 lichaam en geest verbinden  
**OPLEIDING 2011-2013**  
 Info-avonden 4 en 25 februari 20u  
 www.zomerhuis.be  
 lichaamsgerichte therapie  
 VenusCoaching



 **arcturus**  
**Internationaal Training Instituut  
 voor communicatie en NLP**

**Eric Schneider** en zijn team bieden een groot aanbod opleidingen, workshops en individuele coachings aan vanuit, door en met een **Hart. Practitioner NLP – Master Practitioner NLP**  
**Trainers Training NLP – TCC** (Transpersoonlijke Coaching & Counseling).  
**Gratis introductieavond NLP:** 24 maart en 1 juni 2011 om 19u.  
 Inschrijven noodzakelijk! telefonisch of via e-mail.  
 www.arcturus.be • info@arcturus.be  
 T 03 488 40 54 • Lierse Steenweg 105 • 2560 Kessel - België

**Droom je**

ervan een loopbaan uit te bouwen  
 in de alternatieve hulpverlening?  
 De gedroomde oplossing vind je op  
 www.hypnoseopleiding.be of www.noottherapie.be

of bel ons!  
 011 42 56 89  
 013 77 35 08



© Rob and Stephanie Levy - Wikimedia Commons

# Worden we wakker?

interview met  
 Marcel Messing

*We leven in broeierige tijden. De godsdiensten, de bankwereld, de politiek: alle grote systemen staan op de helling en ook ons klimaat lijkt totaal het noorden kwijt. Geen reden tot angst, aldus Marcel Messing. Volgens hem is dit tijdperk de kans bij uitstek om ons te bevrijden van dat wat ons klein en afhankelijk houdt. Dé kans om het juk af te werpen, onze kracht en vrijheid weer op te eisen en onze eigen wijze vleugels uit te slaan.*

**Als vergelijkend godsdienstwetenschapper verdiep je je al decennialang in religies. Wat is in een notendop je visie op de godsdiensten?**  
 Marcel Messing: "Godsdienst is een dualistisch systeem: 'Hier sta ik, daar staat god.' De naam zegt het zelf al: gods-dienst. Er is een god die gediend wil worden en daarvoor moeten we naar een kerk, synagoge of moskee. Waarom zouden we een goeroe,

priester, non, paus of dominee nodig hebben om ons te verbinden met onze eigen bron? Godsdienst is een instrument om macht uit te oefenen en mensen afhankelijk te maken. De kerk bouwt hoge preekstoelen om zogenaamd dichter bij god te zijn. Maar god is ons nader dan onze handen en voeten. Het goddelijke zit in onze ademhaling, in onze ogen, er is geen plek waar het niet is. Re-ligare betekent eigenlijk 'terug verbinden'. Daar gaat het om: terugkeren naar de bron die we zijn vergeten. We maken deel uit van één groot bewustzijn, we dragen alle kracht en wijsheid in onszelf. Dat hebben ook alle grote mystici en leraren ons geleerd. Hoe bewuster we ons zijn van alle dingen om ons heen, hoe meer we dat beseffen."

**Hoe komt het volgens jou dat zoveel mensen steun zoeken in georganiseerd geloof?**  
 "God is voor de meeste mensen een projectie van datgene wat ze in zichzelf niet kunnen ontplooiën. We zijn voor een stuk ook gehersenspoeld door wat de kerken ons hebben verteld: Godsdienst is een systeem van *mind control*, we hebben in godsdienstopatronen leren denken. We geloven in een straffende god, een man met een baard die op een troon zit. Nonsens. Heb je de dogma's van de kerk wel eens gelezen? Die mannelijke dominantie, de haat en onderdrukking van de vrouw... Zulke ideeën zijn voor mij puur gif. De christelijke kerk heeft doorheen haar geschiedenis meer dan 60

miljoen doden op haar geweten, wist je dat? Geweld, onderdrukking, ketterij, vierending, verbranding, kruistochten, inquisitie... In mijn bewustzijn staat dat oneindig ver van wat de mensen god noemen. Of hoe godsdienstfiguren zich verkleden om een mis op te dragen, hoe ze oefenen om hun stem anders te laten klinken... Heb je daar al ooit een natuurlijke stem gehoord? Dan denk ik: mensen, word wakker. Doorzie die komedie en stap eruit. Weet dat je een onvoorstelbaar mooi en immens spiritueel wezen bent. Je hebt dit toneelspel niet nodig."

### **Je gebruikt klare taal.**

"Ik klink misschien scherp, maar ik doe dit niet om te kwetsen, wel om mensen wakker te schudden en vrij te maken. Om hen te tonen dat het patroon waarin we zitten tegen de liefde en de vrijheid is gericht. De mechanismen achter de kerk waren zo ingebouwd dat als een mens vrij dreigde te worden, hij werd gevangen genomen, verketterd, verdoemd of gebannen. En de boeken die hij of zij propageerde, die vlogen op de index. Want stel je voor dat men vrij werd! Weet je wat er gebeurt als we vrij worden? Dan ontluikt een lotusbloem van schoonheid en van liefde. Een vrij mens heeft geen god of instituut buiten zichzelf nodig om zuiver te handelen. De term 'ketter' die men vroeger gebruikte, komt van het Griekse 'katharsis' – zij die zuiver proberen te leven. Daar zijn de kerken bang voor. Want ze hebben gekozen voor de macht in de wereld. Rome is de grootste multinational op aarde. Ik voorzie dat de mensheid uiteindelijk zal kiezen voor vrijheid en godsdienstloosheid – geen enkel systeem dus. Maar vooraleer het zover is, krijgen we volgens mij nog even heel zware dagen naar aanleiding van de godsdiensten. Veel mensen zijn nog bang voor de vrijheid. Die angst houdt hen nog in het oude model gevangen."

### **Het hele kerksysteem is toch enorm aan het kraken nu, met de vele schandalen die aan de oppervlakte komen?**

"Absoluut. Het systeem is volop aan het instorten. En er zijn niet alleen de kerkschandalen, er is ook de terreur binnen filosofieën,

politiek, de staat, de media, de bankwereld. Overal zie je ego, ego, ego. Het kraakt aan alle kanten. Niets is nog zeker. De euro is nog slechts een façade, het pensioenstelsel en ons hele monetair systeem storten gewoon in onder onze voeten. En ook de invloed van Big Brother wordt steeds groter: elke stap die we zetten wordt gecontroleerd. Alles wat nu gebeurt, gebeurt vanuit onwetendheid, en overal sluipen machten en krachten in onze levens binnen die alleen maar denken aan zichzelf, niet aan het geheel. Er is zoveel taaiheid om ons heen, zoveel illusie en brainwashing, zoveel spinsels die je al van kindsbeen af krijgt te slikken. Het is om te huilen."

### **Je bedoelt dat we totaal geïndoctrineerd worden?**

"Precies. Het grootste wat de mens is, is vrijheid. Maar van die vrijheid zijn we ons niet eens meer bewust omdat we zo geïndoctrineerd zijn. We worden niet grootgebracht met de wijsheid die de grote mystici en leraren ons gebracht hebben, maar met het darwinisme, dat ons alleen maar vertelt dat we elkaar opeten en asociaal zijn. We leven in een web van leugens. En het barst van de bronnen waarmee je de leugens kunt ontmaskeren: Hidden Archeology, Hidden Philosophy, Hidden Truth.... Maar gebruik die bronnen aan de universiteit en je mag je je doctoraat niet doen, dat heb ik zelf ondervonden. Als een evolutieeler niet leert dat het hoogste in de mens zijn potentie is van dat goddelijke zaad, van die liefde, die vrijheid, of hoe je het ook wil noemen, dan is het geen wonder dat onze jongeren zo snel ziek worden, vereenzamen, aan zelfdoding denken en aan hun gsm's en het internet gekluisterd zijn. We geven hun stenen voor brood. Menselijke contacten, seksualiteit, vriendschap... alles is zo schraal geworden, zo pseudo. Het is zorgwekkend dat we in een virtuele wereld thuiskomen, terwijl verbinding met de natuur en met elkaar onze grootste leermeester is. Jung zei: de wortel van alle ziekten is het niet aangesloten zijn op de spirituele bron. Daar ben ik het volledig mee eens. Jongeren zien niet meer dat

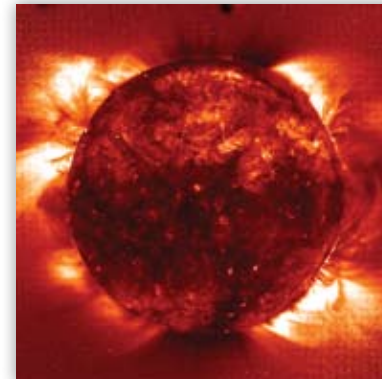
de evolutie een ingebouwd plan en doel heeft. Ze zijn de verbinding met de bron verloren."

### **Via je boeken en lezingen heb je de voorbije jaren al duizenden mensen internationaal toegesproken. Wat is je drijfveer om dat te doen?**

"Het feit dat we worden afgehouden van onze diepste bron. Ik laat de bewegingen achter het wereldtoneel zien, omdat ik zie hoe die de spiritualiteit van de mens om zeep willen helpen. Een doemdenker ben ik niet, integendeel. Ik toon alleen hoe de kaarten liggen en wat er gaande is op deze planeet. Want de alarmbel geeft fase rood aan. Op alle vlakken. Klimatologisch, politiek, religieus, noem maar op."

### **En was is volgens jou de sleutel om weer uit die fase 'rood' te komen?**

"Eerlijk durven kijken naar waaronzewondevandaan komt, onze pijn. Haar niet afdekken met pseudopleisters, maar echt kijken naar de oorzaak. We denken dat terreur van buiten komt, maar de terreur zit in onze geest. We hebben ons laten manipuleren en meezuigen. Ik weet dat mensen heel graag blijven horen: 'we redden het wel', maar we zullen zelf samen de verantwoordelijk moeten nemen. Het is niet een deus ex machina die straks landt en zegt: 'Ik neem het even van jullie over'. De mens moet nu heel snel volwassen worden en in zijn of haar eigen kracht komen. Alleen als we krachtig en eensgezind reageren in bewustzijn, zijn we in staat onze planeet te verheffen. Zijn we niet in staat om die ontwakingsfase in te gaan, of ten minste niet voldoende, dan vrees ik heel veel lijden en verdriet. Dat is dan ook mijn grote zorg: of de mensheid in staat zal zijn om de komende jaren die megasprong te maken. Gaan we ontwaken op zo'n manier dat we eindelijk gaan beantwoorden aan onze goddelijke essentie?



Want ook al krijgen we hulp van hierbuiten en zijn we beschermd, de primaire verantwoordelijkheid ligt bij de mens zelf. Gaan we dit durven? Gaan we de waanzin inzien die we voortgebracht hebben? Gaan we inzien dat de planten en de dieren onze broertjes zijn en dat we zorgzaam met hen moeten omspringen? Gaan we een stop zetten achter de walgelijke slachtpartijen in de oceanen op walvissen en dolfijnen, de koningen van de zeeën? Gaat de mens de arrogantie afwerpen om alleen maar te denken: ikke, ikke, ikke? Zullen we eindelijk weer gaan luisteren naar onze innerlijke stem?"

### **Wat bedoel je met 'de komende jaren'?**

"Ik wil me niet op een datum of jaartal vastpinnen, maar naar mijn gevoel vormen de komende één tot drie jaar op alle mogelijke fronten de meest beslissende periode van de mensheid en van ons zonnestelsel. Het is erop of eronder. De oude godsdienst, de oude politiek, het oude sociale verzekeringsstelsel... dat is gedaan.. Deze tijd vraagt om een totaal nieuwe geest – en dat bedoel ik niet new age-achtig – waarin we als volwassen mensen onze

verantwoordelijkheid durven te nemen naar de hele schepping. Het wordt tijd dat we weer met zijn allen leren samenwerken, boven moskeën, kerken, synagoges, kathedralen en tempels uit. Tijd dat we weer eerbied gaan hebben voor alles wat leeft."

### **Is de transformatie naar die nieuwe tijdsgeest niet al volop aan de gang?**

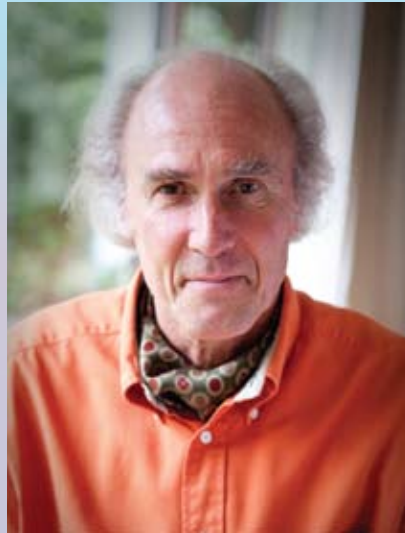
"Ja, we trekken nu als zonnestelsel door een fotonengordel – de ring van Alcyone – die met een onvoorstelbare lichtenergie geladen is. Binnen een cyclus van 25.920 jaar komt ons zonnestelsel twee keer op zo'n breekpunt. Zie het als een soort ingebouwd beschermingsmechanisme uit de kosmische wijsheid, dat in werking treedt wanneer we te ver dreigen te gaan en al-

les door onze onwetendheid dreigen kapot te maken. Zo'n fenomeen brengt gigaverschuivingen met zich mee. Ook klimatologisch, dat ondervinden we nu al. Naast de gevolgen van wat we zelf verprutst hebben, krijgen we dus nog veel meer vloed, overstromingen, stormen en orkanen. Op het moment dat ons zonnestelsel door het dieptepunt van die gordel heen gaat – de zon als eerste – krijgen we drie tot vijf dagen duisternis. Dan volgt de aarde en worden we opgenomen in een lichtnet, waardoor alle magnetische velden veranderen. Dan wordt alle elektronica verbroken en valt alles wat elektronisch bestuurd wordt stil. Automatische schuifdeuren, internet en gsm's, satellieten en HAARP... Alles. Voor de meeste mensen zullen de gebeurtenissen die eraan zitten te komen zó groots zijn, dat ze vermoedelijk erg zullen schrikken. Het zal lijken alsof de sterren uit de hemel vallen."

### Hoe kunnen we ons volgens jou dan op die grote verschuivingen voorbereiden?

"We kunnen ons voorbereiden in lichaam en geest door nu al zo zuiver mogelijk te gaan leven, eten, denken en handelen. We hoeven daarom geen heiligen te worden, het gaat om onze intentie en inspanning. Doen we dat, dan ontwikkelen we een andere vibratie in onze cellulaire structuur en kan ons DNA de grote fotonenkracht aan. Soms hoor ik mensen verzuchten: 'Was ik maar nooit geboren in deze tijd'. Dan zeg ik: 'Dit is dé tijd. Niet de makkelijkste tijd, maar wel dé tijd waarin je onvoorstelbaar veel kunt leren. Je bent alleen je doel een beetje kwijt geraakt.' Daar zijn al die krachten en machten op uit, om je eigenlijk niet meer te laten zien wie je bent, wat je bent, waar je vandaan komt, waar je heen gaat. Maar daar komt verandering in, die tijden zijn binnenkort voorbij. We komen in een andere dimensie. Het is belangrijk dat we er ons van bewust blijven dat er een grotere werkelijkheid is dan wat zich hier in tijd en ruimte afspeelt. Dat we beschut zijn. Dat geef ik mensen ook mee aan het einde van lezingen: 'Verlies nooit het vertrouwen. Houd vol en heb moed, hoe moeilijk het soms ook is. Je bent het licht, dus ga terug naar je bron en wees

### Wie is Marcel Messing?



Marcel Messing is antropoloog, filosoof, vergelijkende godsdienstwetenschapper en dichter. Hij publiceerde heel wat boeken in diverse talen, is medewerker van o.a. het tijdschrift InZicht en is een veelgevraagd spreker die wetenschap, esoterie, kunst en spiritualiteit met elkaar verbindt.

[www.marcelmessing.nl](http://www.marcelmessing.nl)  
[www.wijwordenwakker.org](http://www.wijwordenwakker.org)

niet bang. Ontdek de grote werkelijkheid in jezelf, wees wakker en alert en kijk wat je kunt doen.'

Het worden spannende tijden, maar ook mooie tijden. Dit is dé kans van je leven om weer in je vrijheid te komen. We kunnen kiezen voor de kerkers van de godsdiensten en voor 1001 wetten en controles, of voor vrijheid. Voor die grootse beslissing staan we. Het is een kwestie van een paar jaar. En het enige opzet is dat je ontwaakt aan je ware natuur, aan wie je werkelijk bent. Dus laten we de lamp van licht en liefde samen brandend houden. We staan met zijn allen voor een groots avontuur."

Lien Van Laere



### INTUÏTIEVE ONTWIKKELING

#### Voorjaarsprogramma 2011

Intuïtie en de kracht om je levenspad te gaan

Ik heb geen tijd meer! (intuïtief tijdsmanagement)

Intuïtief je droomjob vinden e.a.

Voor info en data, surf naar [www.timotheus.be](http://www.timotheus.be) of bel 03 644 53 01



een initiatief van **TIMOTHEUS** vzw vormings- en onderzoekscentrum voor intuïtie

### Compagnons 2 Ideal Partners

Wij zijn er voor mensen van hoger niveau niet enkel financieel, maar vooral in hun manier van "Zijn".

Knokke - Waregem - Nieuwpoort - Antwerpen - Waterloo

Bent u ook ontgoocheld in internet, groepsbijeenkomsten, vrijgezellenbais, advertenties enz... waar de mensen niet altijd de waarheid vertellen...

95% van de koppels zijn ons nog steeds dankbaar!

#### Hoe komt dat?

De onderlinge, persoonlijke gesprekken en samen overwogen preselectie zijn van groot belang! Discretie en bescherming verzekerd.

Veel uitzonderlijk knappe, natuurlijke dames richten zich tot ons op zoek naar heren met goede bedoelingen.



#### Niets kan ons evenaren!

Bezoek onze sites: [www.compagnons2.com](http://www.compagnons2.com) [www.idealpartners.be](http://www.idealpartners.be)

Info: vul formulier in via onze site of 0477 350 824



**SPIRAPA**  
 SPIRITUELE, PARANORMALE EN WELLNESSBEURS

Bekende paragnosten van radio & televisie

**ZATERDAG EN ZONDAG**  
**5 & 6 MAART 2011**

**SPORTHAL DEMERVALLEI**  
 DEMERVALLEI 8  
**AARSCHOT**

**KORTINGSBON €2**

Deuren open vanaf 11u tot 19u

- § Alternatieve geneeswijzen
- § Helderziendheid
- § Boeken & wierook
- § Massages en Wellness
- § Bonsai's
- § Stenen en mineralen
- § Kaartleggen
- § Pendelen

GRATIS lezingen & workshops  
 Inkom € 9

[www.tfilosoofke.be](http://www.tfilosoofke.be)

info: [Spirapa@telenet.be](mailto:Spirapa@telenet.be) of 0495/ 520. 911.

De Streekkrant trends SYMBOLIE WELKE

**SPIRAPA**  
 SPIRITUELE, PARANORMALE EN WELLNESSBEURS

Bekende paragnosten van radio & televisie

**ZONDAG 20 FEBRUARI**  
**2011 DE KUIP PARKLAAN 1**

**NINOVE**

**KORTINGSBON €2**

Deuren open vanaf 11u tot 18u

- § Alternatieve geneeswijzen
- § Helderziendheid
- § Boeken & wierook
- § Massages & WELLNESS
- § Bonsai's
- § Stenen en mineralen
- § Kaartleggen
- § Pendelen

GRATIS lezingen & workshops  
 Inkom €9

DEMO TAI CHI

MET: INGEBORG SERGEANT  
 VOORSTELLING NIEUW BOEK  
 "Het alf" & CD

info: [Spirapa@telenet.be](mailto:Spirapa@telenet.be) of 0495/ 520. 911.

De Streekkrant SYMBOLIE WELKE [www.tfilosoofke.be](http://www.tfilosoofke.be)



© Argus - Fotolia.com

# Spiritual Response Therapy

*Zoveel mensen zijn zoekend naar antwoorden op de vragen die de grote filosofen stelden in vroegere tijden. Spiritual Response Therapy (SRT) maakt mee de weg vrij om onszelf te ontdekken.*

Zoals de vibraties van de planeet verhogen, zo ook verhogen onze eigen vibraties. Het collectief bewustzijn groeit en een nieuw bewustzijn breekt aan, waaruit een grotere nood ontstaat om ons spirituele zelf te vinden, de waarheid te ontdekken waarom we hier zijn en het doel te vinden van ons leven.

## Wat is Spiritual Response Therapy?

SRT is in hoofdzaak een methode om niet-harmonische, energetische blokka-

des op te sporen en te zuiveren zowel in de Akasha-kronieken (= je zielbestanden), in de onbewuste geest en in het celgeheugen van het fysieke lichaam. Elke ervaring is een kans om te leren en te groeien, maar onze negatieve emoties, gehechtheid of verbinding met deze ervaringen, kunnen onze gezondheid, geluk en spirituele groei belemmeren.

De grondgedachte achter het SRT-systeem ligt erin dat we als ziel verschillende levens geleefd hebben en dat wat we in vorige levens meemaakten nog een invloed heeft op ons huidige leven. De negatieve energieën die we naar dit leven hebben meegenomen en die blokkeringen kunnen veroorzaken in ons gevoel van welzijn, onze gezondheid en/of het ervaren van geluk en voorspoed in ons leven kunnen onmiddellijk beïnvloed en gezuiverd worden met SRT.

Het proces van SRT wordt beheerst door zeven spirituele principes:

1. Wij zijn spirituele wezens die zich tijdelijk via een fysiek lichaam uitdrukken; afscheiding van de Bron (Spirit) is een illusie.
2. Als spirituele wezens hebben we toegang tot hogere spirituele leiding onder vorm van Hoger Zelf (HZ). HZ werkt samen met de ziel om programma's te onderzoeken en te zuiveren.

3. Uiteindelijk heeft de ziel de leiding over zijn eigen healing. Er gebeurt niets dat de ziel niet zelf gepland heeft of toestaat. Als goddelijke wezens creëren we onze eigen realiteit en kunnen we dus nooit slachtoffers zijn.
4. Het is niet wat er met je gebeurt, maar de energie die je eraan verbindt die een rol speelt. Wat je denkt en de energie (emotie) die je eraan verbindt, dat creëer je.
5. Als spirituele wezens hebben we duizenden levens geleefd, velen op andere planeten, in andere dimensies en melkwegstelsels. De geaccumuleerde energie van al deze levens beïnvloedt het huidige leven. Zolang we energie houden t.o.v. een bepaald iets, hebben we er mee om te gaan.
6. Alleen liefde bereikt het hoogste goed. Angst is de misvatting dat we van de Bron (Spirit, God) gescheiden zijn en van de hoogste expressie van Liefde.
7. Alles is in Goddelijke orde.

## Wat gebeurt er bij een zuivering?

Op zieleniveau kunnen er zogenaamde programma's bestaan. Dit zijn een soort clusters (web) van negatieve emoties. Er zijn verschillende programma's die we kunnen tegenkomen in een SRT-onderzoek: bv. angst, trauma, zelfbestrafing enz.. Deze diepe onbewuste emoties kunnen een grote verstoring veroorzaken in ons gevoel van welzijn, onze gezondheid, onze financiële toestand enz.

Ook kunnen ze elke andere therapie blokkeren. Is er bv. een programma 'zelfbestrafing' aanwezig op zieleniveau, dan zegt de ziel als het ware "ik verdien het niet om gelukkig, gezond of welvarend te zijn". Dit kan verklaren waarom bij sommige mensen niets schijnt te helpen.

Wanneer de enige reden voor een probleem of ziekte gelegen is in een vorig leven, dan is de verbetering in iemands leven opzienbarend! Naast vorige levens en de onbewuste geest als oorzaak van een probleem is ook het

'hier en nu' en onze bewuste geest van invloed op hoe we ons voelen. Ook dit wordt onderzocht en onmiddellijk gezuiverd!

Een SRT-sessie zet tevens een bewustwordingsproces in gang zodat we niet meer geleid worden door onbewuste overtuigingen en negatieve patronen die ons leven nadelig beïnvloeden.

Via SRT is het eveneens mogelijk om bepaalde probleemgebieden of levensvragen te onderzoeken.

In de praktijk zien we dat mensen reeds na één of meerdere SRT-sessies een spirituele groei doormaken en dat hun bewustzijn verruimd wordt en het zelfhelend mechanisme van de mens weer zijn werk kan doen, zowel op fysiek, mentaal, emotioneel als op spiritueel vlak.

**Nadine Ruythooren  
en Mia Hemmerechts**

## DE BLAUWE HEMEL

**PRAKTIJK WAAR  
SPIRITUELE GROEI EN  
NATUUR CENTRAAL STAAN!**

- Spiritual Response Therapy
- Diverse workshops
- Colloïdaal zilver
- Maankalender
- Bioresonantie-toestellen
- Gsm-stralingprotectors enz.

[www.deblauwehemel.be](http://www.deblauwehemel.be)  
[info@deblauwehemel.be](mailto:info@deblauwehemel.be)



Vaak vind je negatief nieuws in kranten en magazines. Wij geloven dat het belangrijk is te focussen op het positieve. Op deze twee pagina's vind je een overzicht van nieuws dat ons vrolijk stemde. Door te kiezen voor een positieve aanpak, hopen we bij te dragen aan de groeiende bewustwording dat een andere wereld mogelijk is.

## Nu ook biologisch voedsel betalen met ecocheques

Sinds kort is het toegestaan om ecocheques te gebruiken om biologische voeding te kopen. Er komen controles op het correct gebruik van ecocheques, om zo de geloofwaardigheid van het systeem van ecocheques te herstellen. Voortaan kan dus ook voeding aangeschaft worden met de ecocheques. Voordien ging het enkel om biologische non food-producten. Ook andere items werden aan de lijst toegevoegd van de producten die in aanmerking komen voor de ecocheque. Het gaat onder meer om elektrische scooters en verplaatsingen met een autocar. De ecocheques zijn het resultaat van het interprofessioneel overleg van 2008 voor de periode 2009-2010. Het gaat om een nettoloonsverhoging, want de cheques zijn vrijgesteld van belastingen en sociale bijdragen. [Bron: De Standaard]

## Homo's mogen zich outen in het Amerikaanse leger

Homo's mogen in het Amerikaanse leger voortaan uitkomen voor hun geaardheid, en hoeven niet bang te zijn dat ze daarom worden ontslagen. De Amerikaanse senaat heeft ingestemd met een wet die een einde maakt aan het zogenoemde 'don't ask, don't tell'-beleid. Eerdere versies van de wet werden door de Republikeinen om procedurele redenen afgewezen. Maar aangezien president Barack Obama onlangs instemde met een belastingverlaging voor rijke Amerikanen en de conclusie van een onderzoek van het Pentagon luidde dat intrekking van het zogenaamde 'don't ask, don't tell'-beleid geen kwaad kan, scharden diverse Republikeinen zich eind december 2010 achter de Democratische voorstanders van de nieuwe wet. [Bron: Volkskrant]

## Verkoop bio stijgt enorm

Gemiddeld groeide de totale biobesteding (verse voeding) in het derde kwartaal 2010 met 30% t.o.v. hetzelfde kwartaal in 2009. De stijging doet zich vooral voor bij de welgestelde gezinnen met kinderen. Sterke groeiers waren o.a. rundvlees, kip en vleeswaren maar ook steenvruchten, witloof en prei groeiden sterker dan gemiddeld. Het marktaandeel van bio is ook stijgend en kwam in het derde kwartaal 2010 uit op 1,8%. Het marktaandeel van biozuivel ligt rond het gemiddelde met 1,7%. Het grootste marktaandeel hebben de biologische vleesvervangers (22%). [Bron: Bioforum]

## 200 onbekende diersoorten ontdekt

Een team van wetenschappers heeft 200 onbekende diersoorten ontdekt in Papoea Nieuw Guinea. Natuurorganisatie Conservation International (CI) presenteerde de spectaculaire ontdekking namens de wetenschappers. Het team van wetenschappers reisde in opdracht van CI naar de onherbergzame hooglanden van Papoea Nieuw Guinea en trof daar onder andere muizen met witte staarten en piepkleine, kleurrijke kikkers. Het onderzoeksgebied was zo ongerept en zo ontoegankelijk dat het team een klein vliegtuig, een helikopter en een handgemaakte kano nodig had om de wildernis te trotseren. Een van de belangrijkste ontdekkingen was volgens onderzoeksleider Steve Richards die van een voorheen onbekende muissoort. "Om in deze tijd een volledig onbekende zoogdier-soort te ontdekken, dat is behoorlijk cool", aldus Richards. [Bron: happynews.nl]



© Paylessimages - Fotolia.com

## Strengere energienormen voor nieuwbouw vanaf 2012

Nieuwe woningen, scholen en kantoren in Vlaanderen moeten vanaf 2012 een stuk energiezuiniger zijn. Dat heeft de Vlaamse regering eind 2010 beslist. Europese regels leggen op dat alle nieuwe gebouwen in 2021 zo goed als energieneutraal moeten zijn. Dat betekent dat het gebouw bijna geen energie meer verbruikt. De energie die toch nog nodig is, wordt ter plaatse opgewekt, bijvoorbeeld met zonneboilers of een warmtepomp. Sinds begin dit jaar moesten nieuwbouwwoningen qua energiepeil al aan de E80-norm voldoen. Voor scholen en kantoren geldt de E100-norm. Vanaf 2012 wordt dat voor alle nieuwbouwwoningen de E70-norm en vanaf 2014 de E60-norm. Tegelijk zullen ook de isolatienormen aangescherpt worden. De Vlaamse regering sprak ook af om nieuwbouwwoningen te verplichten een minimum van hun energie uit hernieuwbare bronnen te halen. Vanaf wanneer er welk percentage opgelegd zal worden, zal de regering volgend jaar beslissen. [Bron: Het Laatste Nieuws]

## Britse supermarkt geeft daklozen werk

De Britse supermarktketen Morrisons wil in de volgende drie jaar duizend banen scheppen voor daklozen. De keten hoopt dat andere bedrijven zullen volgen. Tien procent van al de banen die in de komende jaren zullen ontstaan in nieuwe winkels van Morrisons mogen ingevuld worden door 'kwetsbare' groepen. Voor de invulling van deze bijzondere werkplekken werkt de supermarktketen samen met het Leger des Heils en de lokale sociale instelling Create. Kandidaten krijgen een opleiding van drie maanden - zowel theoretisch als praktisch - en kunnen daarna in aanmerking komen voor een stage. Norman Pickavance, de hr-directeur van het bedrijf, hoopt dat ook andere bedrijven deze aanpak zullen volgen. [Bron: De Standaard]

## Belgisch papier niet langer uit illegale houtkap

De Belgische papierindustrie garandeert dat voortaan al het papier dat ze produceert niet afkomstig is van illegale houtkap. Alle bedrijven uit de sector legden hun engagement vast in een overeenkomst. Volgens Cobelpa, de Belgische vereniging van fabrikanten van papier, is de Belgische papierindustrie de eerste in Europa die de verordening van de Europese Unie toepast, die bedrijven verplicht om tegen 2013 de wettelijke oorsprong van houtvezels of hout te bewijzen. In de praktijk komt het erop neer dat de herkomst van alle houtvezels en pulp traceerbaar moet zijn. Zo zal de industrie enkel werken met vezels of pulp van gerecycleerd papier, gecertificeerd hout, of van hout waarvan de wettelijke oorsprong gekend en vastgelegd is. Onafhankelijke experts moeten toezien op de naleving van de overeenkomst. [Bron: Het Laatste Nieuws]

## Fietshelm verplicht voor postbodes

Fietsende postbodes zijn vanaf 1 januari verplicht om een helm te dragen tijdens hun ronde. Zo'n 5.000 fietsende postbodes worden verplicht om een helm te dragen. Dat is niet enkel uit veiligheidsoverwegingen. "Er gebeuren zelfs erg weinig arbeidsongevallen met de fiets. Maar het heeft een grote symbolische waarde om het gebruik van een fietshelm aan te moedigen", zegt Fred Lens van Bpost. De vakbonden hebben de maatregel goedgekeurd. [Bron: De Morgen]

Nog artikels, positieve actualiteit, enz. op [www.agendaplus.be](http://www.agendaplus.be)

Alle artikels die zijn verschenen in vorige uitgaven van AGENDA Plus vind je terug op onze website.

... en MEER!



# WELLNESS & BEAUTY Beurs

SCHOONHEID | VERZORGING | ONTSPANNING | VOEDING | BEWEGING

26 & 27 februari 2011 (10-19u)

LIMBURGHAL - GENK (B)

www.wellnessbeurs.be

BON  
SIECHTS  
€3  
ipv €5

Org.: VZW Wellnessbeurs.be | Contact: Kathleen Liesens | Rooierheidestraat 59 - 3590 Diepenbeek (B)  
Tel.: +32 (0)478 199 788 | E-mail: wellnessbeurs@gmail.com | Website: www.wellnessbeurs.be

Exclusieve korting voor Agenda Plus lezers

<< BIJ AFGIFTE VAN DEZE BON AAN DE KASSA

## agenda «van dag tot dag»

Voordrachten - Opendeurdagen  
Tentoonstellingen - Evenementen

'Van dag tot dag' is een rubriek waarin je alle activiteiten terugvindt waarover je de dag zelf kan beslissen of je zin hebt om deel te nemen of niet. Normaal gesproken is inschrijven niet noodzakelijk.

Deze activiteiten worden ingedeeld per provincie en per datum. In principe worden alleen activiteiten van de 10de van de maand van verschijning tot de 9de van de maand erop opgenomen.

De redactie kan de juistheid van de gegeven informatie niet garanderen. We nodigen je uit om behoedzaam te zijn en enig oordeelsvermogen aan de dag te leggen.

### ANTWERPEN

**Oorzaken van ziektes.** 10/2. 10u-12u30. Deze eerste van drie lezingen kan een belangrijke inleiding vormen tot de daaropvolgende cursus 'zelfgenezing'. **Genevieve Cooreman**, psychotherapeute. Turnhoutsebaan 381. 2110 WIJNEGEM. De Lichtbron. 03 354 56 28. info@delichtbron.be - www.delichtbron.be

**Ik-kracht en familiesystemen: de invloed van je gezinssysteem op je leven nu.** 10/2. 20u-22u30. Tijdens de lezing neemt Diana je mee in het fenomeen familiesystemen. **Diana Kors**. Valaarf. Letterkundestraat 133. 2640 WILRIJK. De Kleine Bron. 03 225 02 27. info@dekleinebron.be - www.dekleinebron.be

**Meesterverteller Willem de Ridder vertelt...** 11/2. 20u-22u. Op zaterdagavond is het feest want dan vertelt hij een verhaal. Niet vijf minuutjes tussendoor om een gaatje te vullen, maar twee uur lang. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. Oost West Centrum. 03 230 13 82. www.owc.be

**Wijsheid en Genezing van het Universum.** 11/2. 19u30-22u30. We beginnen dit programma met een groepsmeditatie. Dan volgt er een korte voordracht met enkele belangrijke spirituele en metafysische onderwerpen. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. Oost West Centrum. 03 230 13 82. www.owc.be

**Spiegellogie.** 12 tot 13/2. 10u-17u. Je wordt je bewust van de natuurlijke kracht waarover elke mens beschikt. Een oerkracht die geen inspanning vereist en bergen kan verzetten. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. Oost West Centrum. 03 230 13 82. www.owc.be

**Spirituele inzichten (die je leven kunnen veranderen).** 16/2. 20u-22u30. Het is een aparte en bijzondere tijd waarin we nu leven. De Aarde en wij als haar bewoners staan op het punt een belangrijke evolutiesprong te maken. **Berlinde Kegels**. Café Refuge. Zimmerplein 12. 2500 LIER. De Kleine Bron. 03 225 02 27. www.dekleinebron.be



**Introductie van Tachyon en werken met Tachyon in praktijk.** 16/2. 19u. Ben je geïnteresseerd in wat tachyon is, en wil je er iets meer over horen dan ben je welkom op de lezing over tachyon. Wellnessconsult. Hortensiadreef 28. 2920 KALMTHOUT. 03 666 28 89 www.wellnessconsult.be

**Licht op bewustzijn.** 16/2. 20u-22u30. Deze lezingen

gaan over het nieuwe boek van Eric Huysmans – Licht op Bewustzijn – waarin hij ons inzicht geeft in de zingeving van ons leven. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. Oost West Centrum. 03 230 13 82. www.owc.be

**De rol van ons transgenerationale geheugen in ons ziekteproces.** 17/2. 10u-12u30. Deze tweede van drie lezingen kan een belangrijke inleiding vormen tot de cursus 'zelfgenezing'. **Genevieve Cooreman**, psychotherapeute. Turnhoutsebaan 381. 2110 WIJNEGEM. De Lichtbron vzw. 03 354 56 28. info@delichtbron.be - www.delichtbron.be

**Heldere Geest, Open Hart met The Work van Byron Katie.** 17/2. 20u-22u30. Oude verhalen die maar door onze gedachten blijven spoken en onze gemoedsrust blijven verstoren. Hoe geraken we ooit van dat lijden verlost? **Dennis Deridder**. Valaarf. Letterkundestraat 133. 2610 WILRIJK (ANTWERPEN). De Kleine Bron. 03 225 02 27. info@dekleinebron.be - www.dekleinebron.be

**Wat oren je vertellen - oorreflexologie.** 17/2. 20u-22u. Massage van punten op het oor kan je helpen bij examenvrees, allergie en rookverslaving. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. Oost West Centrum. 03 230 13 82. www.owc.be

**De zin van ziek zijn.** 19/2. 19u-21u. Ziekte is niet iets dat alleen maar moet bestreden worden, maar een gegeven dat gebruikt kan worden in het

**Natuurkapper Hairport**  
Verdeler voor België  
Plant aardige producten OLIEBE  
www.oliebe.de - 03 226 07 31 - www.hairport.be  
zuiver tot in de haarwortel

van dag tot dag

leerproces van de mens. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. Oost West Centrum. 03 230 13 82. www.owc.be

**Spirituele beurs.** 20/2. 10u-18u. Heel de dag demonstratie met o.a. Naomi Apachi om 15u (bekend van tv) + signeersessie van haar boek om 16.15u, ook ander bekende paragnosten. **Naomi Apachi.** Zonneputteke. De Ster 1. 2980 ZOERSEL. Spiritueel Onderweg. 0499 267 085. info@spirituelebeurs.be - www.spirituelebeurs.be

**Wat is ware loyaliteit.** 21/2. Inzichten in de achtergronden van dit gedrag. **Geneviève Cooreman,** psychotherapeute. Turnhoutsebaan 381. 2110 WIJNEGEM. De Lichtbron. 03 354 56 28. info@delichtbron.be - www.delichtbron.be



**Openvouwen van de innerlijke geometrie.** 23/2. 20u-22u. Gespreksavond door het Lectorium Rosicrucianum, de Internationale School van het Gouden Rozenkruis. Den Tip. Van den Hautelei 79. 2100 DEURNE (ANTWERPEN). Lectorium Rosicrucianum. 09 225 43 16. info@rozenkruis.be - www.rozenkruis.be

**Wat zijn engelen en andere subtiele wezens? En welke invloed hebben ze?** 23/2. 20u-22u30. In alle religies en mystieke scholingen is er sprake van deze subtiele wezens. Het is één van de weinige zaken waar alle religies het over eens zijn. **Jan Willems.** Café Refuge. Zimmerplein 12. 2500 LIER. De Kleine Bron. 03 225 02 27. info@dekleinebron.be - www.dekleinebron.be

**Stressbeheersing met Ayurveda.** 23/2. 20u-22u. Na een uiteenzetting van de belangrijkste basisprincipes van Ayurveda, kijken we hoe stress onze energetische verhouding uit balans kan brengen. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. Oost West Centrum. 03 230 13 82. www.owc.be

**Hoe ziekteprogramma's deprogrammeren.** 24/2. 10u-12u30. Deze derde van drie lezingen kan een belangrijke inleiding vormen tot de daaropvolgende cursus 'zelfgenezing'. **Geneviève Cooreman,** Psychotherapeut. Turnhoutsebaan 381. 2110 WIJNEGEM. De Lichtbron vzw. 03 354 56 28. info@delichtbron.be - www.delichtbron.be

**Je ouders, beelden van je eigen ziel.** 24/2. 20u-22u30. We zijn niet zomaar bij onze ouders geboren. Door hen als spiegels van je ziel te zien, krijg je zicht op je issues en kan je anders met hen omgaan. **Sander Videler.** Valaarhof. Letterkundestraat 133. 2610 WILRIJK (ANTWERPEN). De Kleine Bron. 03 225 02 27. info@dekleinebron.be - www.dekleinebron.be

**Infoavond opleiding LFT therapeut.** 25/2. 20u-22u. LifeFocus Touch is een lichaamsgerichte therapie. Deel 1 van de opleiding, het inleidend traject, start op 26-03-2011. **Ronald Bertels.** Pastoor Goetschalckxstraat 48. 2180 EKEREN. Zomerhuis. 03 646 99 54. info@zomerhuis.be - www.zomerhuis.be

**150 jaar Rudolf Steiner.** 25 tot 27/2. 10u-22u. Antroposofie zichtbaar en beleefbaar: tentoonstelling, workshops en lezingen. Kasteel van Schoten. Kasteeldreef 61. 2900 SCHOTEN. Eliane Schuytjens. 03 288 19 85. eliane.schuytjens@telenet.be - www.antroposofie.be

**Winterwandeling.** 27/2. 14u-17u. Samen wandelen ontspant en verbindt. Verzamelen om 14 uur aan de Swaen (ingang park). Heb je geen auto, je kan altijd met iemand meerijden. +/-10 km. **Paul Van Geel, Lu Bresseleers.** Turnhoutse-

baan 381. 2110 WIJNEGEM. De Lichtbron vzw. 03 354 56 28. info@delichtbron.be - www.delichtbron.be

**Documentairefilm: Het fenomeen Bruno Gröning - op het spoor van de wondergenezer.** 27/2. 13u-19u. Deze film zou iedereen moeten hebben gezien. Wees niet lichtgevoelig, maar overtuig jezelf. Esperantohuis. Frankrijklei 140. 2000 ANTWERPEN. Bruno Groening Vriendenkring. 050 39 69 99 - 03 458 11 36. nadia-juliabrugge@hotmail.com

**De Helende Reis (Brandon Bays).** 1/3. 20u-22u. Laat blokkades en innerlijke saboteurs definitief los. Heel je innerlijke kind en leef vrij vanuit je hart. **Annick Ottenburgs,** Journeytherapeut. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. Oost West Centrum. 03 230 13 82. antwerpen@owc.be - www.journeytherapie.be

**Esotherie - lezingen.** 1/3, 15/3, 22/3, 29/3 en 5/4. 19u30-22u. Tijdens deze avonden wordt duidelijk uitgelegd hoe we leven met de natuurwetten ondersteund met theorieën van esotherische astrologie, genezing en filosofie. **Eric Du Meunier.** TPC. Groenenborgerlaan 149 Lokaal S7. 2020 ANTWERPEN. Magnolia Federation vzw. 052. 72765. magnolia.federation@skynet.be - www.magnolia-federation.org

**Lezing over Qigong.** 1/3. 19u30-21u30. Hoe een energieveld creëren voor zelfheling en om anderen te behandelen? **Dr. Shen Hongxun.** De Heischuur. Schuurhoven 2. 2360 OUD-TURNHOUT. Buqi Institute Belgium. 03 281 05 32. sofie@buqi.net - www.buqi.net

**De spirituele basis van de seksuele omhelzing.** 2/3. 20u-22u30. Je seksuele organen komen doorgaans slechts tot leven als ze opgewonden zijn en dat kan je genot en ontspanning geven maar de essentie zit veel dieper. **Maarten Ghysels.** Café Refuge. Zimmerplein 12. 2500 LIER. De Kleine Bron. 03 225 02 27. www.dekleinebron.be

**Koppel of single, gezin of niet, kinderen of niet?** 3/3. 20u-22u30. Dit zijn belangrijke vragen die mensen nu bezighouden. Om een juist antwoord te vinden, dienen we ons bewust te worden van de bedoeling van ons leven. **Eric Schneider.** Valaarhof. Letterkundestraat 133. 2610 WILRIJK (ANTWERPEN). De Kleine Bron. 03 225 02 27. www.dekleinebron.be

**Kindervoeding.** 3/3. 20u-22u. Hoe voeren we stapsgewijze een verandering door in het eetpatroon en houden we rekening met de specifieke noden van onze kinderen? Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. Oost West Centrum. 03 230 13 82. www.owc.be

**Praktijkmanagement.** 4 tot 5/3. Deze module wil de startende therapeut /hulpverlener handvaten aanreiken bij de ontwikkeling van een eigen zelfstandige praktijk. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. Oost West Centrum. 03 230 13 82. www.owc.be

**Hoe neemt mijn leven eindelijk de wending die ik wil?** 9/3. 20u-22u30. Hoe kunnen we omgaan met ongewenste veranderingen en hoe kunnen we gewenste veranderingen realiseren? **Adriaan van Zelst.** Café Refuge. Zimmerplein 12. 2500 LIER. De Kleine Bron. 03 225 02 27. info@dekleinebron.be - www.dekleinebron.be

## BRUSSEL



**Kokosbloesemsuiker en eetbare cosmetica.** 12/2. 9u-18u. Gula Java: kokosbloesemsuiker als lekkernij, gula cacao als verwarmende winterdrink. Eetbare cosmetica: kom ruiken, voelen, proeven van subtiele huidolie. Bioshanti. Adolphe

Buylelaan 70. 1050 ELSENE. Noble-House. 03 653 25 41.

**Water, levensmiddel nummer 1 naast zuurstof en liefde.** 16/2. Boeiende uiteenzetting over water en professioneel advies. Jubelfeestlaan 147. 1080 BRUSSEL. Christine Moens. 0486 280 799. christine\_moens@skynet.be

## LIMBURG (BE)

**De mens, een God in windselelen.** 16/2. 20u. Thema-avond door het Lectorium Rosicrucianum, de Internationale School van het Gouden Rozenkruis. Toegang vrij. Cultuurcentrum Hasselt. Kunstlaan 5. 3500 HASSELT. Lectorium Rosicrucianum. 09 225 43 16. info@rozenkruis.be - www.rozenkruis.be

**Vrijwilligersweek.** 21/2 tot 25/5, dagelijks. 5 dagen samen klussen op het kasteeldomein, zowel binnen als buiten. Samen gezellig de handen uit de mouwen steken, hout verzamelen uit het bos, ... **Peter Stulens.** Kasteel Nieuwenhoven. Engelbamp 55. 3800 SINT-TRUIDEN. De Bruisende Stilte Vzw. 011 68 64 10. info@kasteelnieuwenhoven.be - www.kasteelnieuwenhoven.be

**Wellness- & beautybeurs.** 26/2 en 27/2. 10u-19u. Beurs met nieuwigheden en trends uit de wereld van de ontspanning en de schoonheid. Limburghal. Jaarbeurslaan 6. 3600 GENK. Wellnessbeurs.be. 0474 860 250. www.wellnessbeurs.be

## OOST-VLAANDEREN

**V-nights Snack: Hoe word ik de beste veggie ambassadeur?** 10/2. 19u. Bij de V-nights Snack zorgt het EVA-culiteam voor een eenvoudige snack die je ook makkelijk thuis kan klaarmaken. Dit wordt steeds gecombineerd met een lezing, discussie, ... Sint-Pietersnieuwstraat 130. 9000 GENT. Eva vzw. 09 329 68 51. www.vegetarisme.be/vnights

**Sterven, rouw en verdriet.** 11/2. 20u. Naast verlies door de dood wordt er ook aandacht

besteed aan andere verlies-situaties zoals verlies van gezondheid, werk enz. **Prof. Dr. Manu Keirse.** Steinerschool. Kasteellaan 54. 9000 GENT. Heiden Nele. 0494 234 039. neleheiden@hotmail.com

**Vegetarisch Valentijn.** 12/2. 19u. Vier valentijn met je geliefde of vrienden. Geniet van een culinair en biologisch 5-gangendiner! **Kevin Storms.** GELDMUNT 32. 9000 GENT. Restaurant Avalon. 09 224 37 24. tine@restaurantavalon.be - www.restaurantavalon.be



**Spirapabeurs.** 20/2. 11u-18u. Spirituele, paranormale en wellnessbeurs. **Ingeborg Sergeant.** De Kuip. Parklaan 1. 9400 NINOVE. 'T Filosoofke. 053 21 40 06. spirapa@telenet.be - www.spirapa.be

**Klankhealing.** 24/2. 20u-22u. Soundhealing vormt een aangename, ontspannende én diepgaande manier om het contact met verschillende aspecten van het zelf te herstellen. Lamstraat 6. 9820 MERELBEKE. Centrum Astro Ohm. 09 239 90 79. centrum@astro-ohm.be - www.astro-ohm.be



**Gastronomisch, vegetarisch dineren in Avalon.** 4/3 of 5/3. 19u. Kom genieten van ons culinair 5-gangendiner met biologische, marktverse producten. **Chef Kevin Storms.** GELDMUNT 32. 9000 GENT. Restaurant Avalon. 09 224 37 24. www.restaurantavalon.be

## VLAAMS BRABANT

**Valentijnsavond voor fijnproevers.** 19/2. 18u30-22u30. Kasteelavond met biologisch buffet, een woordconcert over 'de liefde' en een pianoligconcert. **Lut Forrez, Bruno Rodenbach, Steven Vrancken.** Kasteel Koningsteen. 1880 KAPELLE-OP-DEN-BOS. Into



5&6 FEBRUARI 2011  
KORTRIJK XPO  
www.ecopop.be



## ECOPOP 2011: A WORLD OF ECO-SOLUTIONS!

Alle info via [www.ecopop.be](http://www.ecopop.be) / [info@ecopop.be](mailto:info@ecopop.be)

ECOPOP is dé referentiebeurs in de Benelux voor al wie eco- bio- of duurzaam denkt en leeft, of van plan is dat te doen!

Stillness. 0499 624 140. [bruno\\_rodenbach@hotmail.com](mailto:bruno_rodenbach@hotmail.com) - [www.PianoLigconcert.be](http://www.PianoLigconcert.be)

**Zelfonderzoek en inzicht leiden tot bewustzijn.** 22/2. 20u-22u. Bezinningsbijeenkomst door het Lectorium Rosicrucianum, in de tempel van het Gouden Rozenkruis te Gent & Leuven. Mechelsestraat 80. 3000 LEUVEN. Lectorium Rosicrucianum. 09 225 43 16. [info@rozenkruis.be](mailto:info@rozenkruis.be)

**Beurs Eco Therapeutica.** 26/2 en 27/2. Alternatieve gezondheids- en wellnessbeurs. **Roy Martina.** Brabantlaan 1. 3001 HEVERLEE. Paranatura. 015 230 200. [www.ecotherapeutica.be](http://www.ecotherapeutica.be)

**De Helende Reis (Brandon Bays).** 26/2. 14u45-15u25. Maak tijdens Eco Therapeutica kennis met deze krachtige, wereldwijd erkende methode voor snelle, moeiteloze, duurzame verandering. Laat blokkades definitief los; leef voluit. **Annick Ottenburgs,** Journeytherapeut. Brabantlaan 1. 3001 LEUVEN. 015 23 02 00. [annick@balanceinmotion.be](mailto:annick@balanceinmotion.be) - [www.ecotherapeutica.be](http://www.ecotherapeutica.be)

**Laat emotionele ballast los en spreid je vleugels.** 27/2. 13u20-14u. Laat blokkades en innerlijke saboteurs definitief los. Heel je innerlijke kind en leef vrij vanuit je hart. **Annick Ottenburgs,** Journeytherapeut. Brabantlaan 1. 3001 LEUVEN. Ecotherapeutica Beurs/Paranatura. 015 23 02 00. [annick@balanceinmotion.be](mailto:annick@balanceinmotion.be) - [www.ecotherapeutica.be](http://www.ecotherapeutica.be)

**Spirapabeurs.** 5/3 en 6/3. 11u-19u. Spirituele, paranormale en wellnessbeurs. Sporthal Demervallei. Demervallei 8. 3200 AARSCHOT. 'T Filosoofke. 053 21 40 06. [spirapa@telenet.be](mailto:spirapa@telenet.be) - [www.spirapa.be](http://www.spirapa.be)

### WEST-VLAANDEREN

**Valentijnshappening.** 12/2. 19u. Valentijn op een leuke manier doorbrengen? Of de ideale partner ontmoeten? Hoe romantisch kan het zijn je partner te ontmoeten op Valentijn! Restaurant 'Den Oes-

terput'. Bieststraat 100. 8560 WEVELGEM. Soulmate. 056 37 13 68.

**Gebruik wat je hebt - Je hebt meer invloed dan je denkt.** 13 en 20/2. 11u-12u. We brengen presentaties die je raken in het diepste van je zijn, die je direct kunt toepassen in je leven en je kunt er nieuwe mensen leren kennen. Bilkske 52. 8000 BRUGGE. De Bilk. 050 60 75 07. [info@debilk.be](mailto:info@debilk.be) - [www.debilk.be](http://www.debilk.be)

**Over de vele levensvragen.** 23/2. 20u-22u. Lezing en gespreksavond "In dialoog met het Rozenkruis" door het Lectorium Rosicrucianum. CM Ontmoetingscentrum. Koningin Astridlaan 2. 8200 SINT-MICHIELS (BRUGGE). Lectorium Rosicrucianum. 09 225 43 16. [info@rozenkruis.be](mailto:info@rozenkruis.be) - [www.rozenkruis.be](http://www.rozenkruis.be)

**Kwaliteit in je relaties - Sleutelprincipes voor succes.** 27/2 en 6/3. 11u-12u. We brengen presentaties die je raken in het diepste van je zijn, die je direct kunt toepassen in je leven en je kunt er nieuwe

mensen leren kennen. Bilkske 52. 8000 BRUGGE. De Bilk. 050 60 75 07. [info@debilk.be](mailto:info@debilk.be) - [www.debilk.be](http://www.debilk.be)

### ZEELAND



**Van depressie naar nieuwe levensenergie.** 1/3. 19u30-21u30. Hoe omgaan met depressieve gevoelens bij jezelf of in je omgeving? Wat helpt om de kortsluiting te herstellen, de veerkracht opnieuw te vergroten? **Jacqueline Hermans,** PRH-Vormingswerker. Het Rivierenhuis. Ijsselstraat 3. 4535 GT TERNEUZEN. Nederland. PRH vzw. +31 115 69 73 00. [jacqueline.hermans@prh-nederland.nl](mailto:jacqueline.hermans@prh-nederland.nl) - [www.prh-nederland.nl](http://www.prh-nederland.nl)

11<sup>e</sup> editie Vlaanderen

# Energetische zondag

GEZONDHEID & LEVENSENERGIE

ZONDAG 20 MAART 2011  
van 10u tot 18u

FLANDERS EXPO  
GENT

THEMA:  
**HET KIND**

lageberg vertelt haar sprookje - sproelen elftheater

infostanden  
gratis lezingen / workshops

bewustwording - micro-organismen - voetreflexologie - eft - mindfulness - lichaamsbehandeling - plantenextracten - reiki - magneetveldtherapie - enz.

V.V.K.	
Inkom	volw: € 10 kind: € 5
Inkom en Elfentheater	volw: € 12 kind: € 5
OP FL. EXPO	
Inkom	volw: € 12 kind: € 6
Inkom en Elfentheater	volw: € 14 kind: € 6

www.synergio.be

## Agenda plus

zoekt extra publiciteitsverantwoordelijke

Vereiste kwaliteiten :

- ➔ zelfstandig statuut
- ➔ dynamisch
- ➔ communicatief
- ➔ computervaardig
- ➔ affiniteit met de sector
- ➔ eigen wagen

**Interesse ?**

**Stuur je cv naar**  
[contact@agendaplus.be](mailto:contact@agendaplus.be)

[C] Cursus [O] Opleiding [W] Workshop • [AN] Antwerpen [OV] Oost-Vlaanderen  
[WV] West-Vlaanderen [VB] Vlaams Brabant [LI] Limburg (BE) [BR] Brussel [WA] Wallonië  
[LN] Limburg (NL) [NB] Noord-Brabant (NL) [ZE] Zeeland (NL) [BT] Buitenland (overige)

In deze rubrieksagenda vind je activiteiten die meestal vereisen dat je op voorhand contact opneemt met de organisator. Deze activiteiten worden ingedeeld per rubriek en per datum. Voor de titel van de activiteit vind je een aanduiding om welk soort activiteit het gaat en in welke provincie ze doorgaat.

Net zoals in de agenda 'Van dag tot dag' worden alleen activiteiten opgenomen van de 10de van de maand van verschijning tot de 9de van de maand erop.

De redactie kan de juistheid van de gegeven informatie niet garanderen. We nodigen je uit om behoedzaam te zijn en enig oordeelsvermogen aan de dag te leggen

## Aromatherapie

[C][WV] **Aromatherapie Basis.** 7 tot 21/2. 19u-22u. Duik in de wereld van de aromatherapie. Mogelijkheid tot verdiepingscursussen. **Magda Cremers**, Aromatherapeute. Souldance vzw. Overheulestraat 237. 8560 MOORSELE. 056 21 32 02. info@souldance.be - www.souldance.be



[O][OV] **Opleiding Aromatherapie.** Van 15/2 tot 31/5, wekelijks. 9u-17u. Intensieve opleiding aromatherapie: chemie, eigenschappen en indicaties, receptontwikkeling, enz... Theoretische opleiding met vele praktijkmomenten. **Annette Muylaert**, Aromatheek. Bootdijkstraat 60. 9220 HAMME. 052 47 64 07 - 0498 247 044. info@aromatheek.be - www.aromatheek.be

[C][OV] **Aromatherapie voor Vrouwen.** 1/3. 19u30-22u. Etherische oliën hebben invloed op menstruatie en menopauze, zwangerschap en borstvoeding. In deze thema-avond gaan we daar dieper op in. **Annette Muylaert**, Aromatheek. Bootdijkstraat 60. 9220 HAMME. 052 47 64 07 - 0498 247 044. info@aromatheek.be - www.aromatheek.be

## Astrologie

[W][AN] **Introductie in de Dertien Manenkalender - Tzolkin.** 8/2. 10u-17u. De Tzolkin, de heilige Mayakalender van 260 dagen geeft je een beeld van het pad van je ziel op aarde, en leert je af te stemmen op de dagenergieën. Inge Van Den Eynde. Welkomhoeve 4. 2280 GROBBENDONK. 014 51 98 20. ingevandeneynde1@hotmail.com - www.shangri-la.be

## Aura's en chakra's

[W][BT] **Intuïtieve ontwikkeling voor beginners in de Sinai woestijn.** 18/2 tot 1/3. Tijdens de 11 daagse natuurreis in de woestijn en aan Rode zee maak je kennis met de energieën die je omringen, met je eigen ruimte, aura en chakra's. **Angie Barth, Jolanda Kortekaas**. Feel-The-Desert. Zuid Sinaï. EGYPT. 0031 621 270 532. info@feel-the-desert.com - www.feel-the-desert.com

## Ayurveda

### AYURVEDASCHOOL ANTWERPEN

### Ayurvedisch massageweekend

26 en 27 februari 2011

www.ayurvedaschool.be

[C][OV] **Zachte zuivering met ayurveda.** 19 tot 20/2, van 5 tot 6/3 en van 9 tot 10/4. 10u-18u. Cursus thuis kuren om te ontspannen & ontgiften (home Pancha Karma). Doshas, pols- & tongdiagnose, remedies. **John Marchand**, opleider ayurveda. Yoga & Ayurveda Health - YAH vzw. Kruidenboerderij De Bloeiende Gaarde. Bellestraat 55. 9280 LEBBEKE. 0494 307 997. secretariaat-yah@telenet.be - www.yoga-ayurveda.be

[W][AN] **Abhyanga: De basisvaardigheden.** 26 en 27/2. 10u-17u. Abhyanga is de Ayurvedische oliemassage. Masseren is niet iedereen gegeven. Gelukkig kan je het wel aanleren. **Peter Van Herck en Santana**. Ayurvedaschool Antwerpen. Eliaertsstraat 25. 2140 BORGERHOUT. www.ayurvedaschool.be

## Bachbloesems



[C][AN] **Erkende basiscursus.** 10/2 en 17/2. In deze cursus leer je alles wat nodig is om zelfstandig te kunnen werken met de Bach Bloemen Remedies. **Jef Strubbe**. De Walnoot vzw - Bach Advies- En Opleidingscentrum. Hanendreef 135. 2930 BRASSCHAAT. 03 653 47 53. bachbloemen@dewalnoot.be

[C][AN] **Vervolg Difference Day Bach Remedies.** 19/2.

We bestuderen de subtiele verschillen tussen schijnbaar aanverwante Bach Remedies om zodoende de selectie met grotere zekerheid te kunnen maken. **Jef Strubbe**. De Walnoot vzw. Hanendreef 135. 2930 BRASSCHAAT. 03 653 47 53. bachbloemen@dewalnoot.be - www.dewalnoot.be

[W][AN] **Werken met Bachbloesems op chakra's en meridianen.** 20/2. 10u-17u. Een inleiding tot nieuwe therapieën met Bach-bloesems volgens zeer oude Chinese en Indische tradities... **Bernadette Kuiper**. De Kleine Bron. 2000 ANTWERPEN. 03 225 02 27. info@dekleinebron.be - www.dekleinebron.be

## Biodanza®

[C][VB] **Biodanza.** Elke maandag. 13u30-15u. Kom mee dansen en bewegen op aanstekelijke muziek. Het is plezierig, ontspannend en gemakkelijk en je krijgt er energie van. **Gerda Van Den Dries**. De Kring. Jozef Pierre straat 60. 3010 KESSEL-LO. 02 242 48 19 - 0498 682 990. gerda.vandendries@skynet.be

[W][VB] **Groeien in vertrouwen.** 26/2. Door dans en ritueel ontdekken we meer en meer hoe we ons kunnen overgeven aan de stroom van het leven, en vertrouwen op onze kracht tot transformatie. **Selderslaghs Greet**. Sunny Side Up vzw. Schoolstraat 23. 1980 ZEMST. 015 62 06 35. www.itworkstomove.eu

[W][AN] **Biodanzadag.** 5/3. 10u30. **Alejandro Toro**. Dansbiodanza. CC De Djoelen. Steenweg op Mol 3. 2360 OUDTURNHOUT. 014 50 65 65. info@dansbiodanza.be - www.dansbiodanza.be

## Chinese geneeskunde

[W][OV] **Chi Neng Qigong voor beginners.** 6/3. 10u-17u. Na deze dag kan je thuis, afgestemd op kosmische qi,

deze eenvoudige diepwerkende bewegingen oefenen om je welbevinden heel snel te verbeteren. **Tilla Van Opstal**. Chi Neng Institute. Straal en Geniet. Donkerstraat 21. 9402 MEERBEKE. 03 288 45 08. tilla@chineng.eu - www.chineng.be

## Coaching



[O][LI] **Open Coaching: opleiding tot gecertificeerde professionele coach.** 12 tot 13/2, van 26 tot 27/2, van 26 tot 27/3, van 28 tot 29/5 en 25/6. 10u-17u. Leiden door kennis van methodiek en techniek. Volgen door je af te stemmen op het unieke van je coachee. **Annick Noyens**. CoachingYou. Abdij Herkenrode. Herkenrodeabdij 1. 3511 HASSELT. 03 321 97 04. annick.noyens@coachingyou.be - www.coachingyou.be

[O][AN] **Open Coaching: opleiding tot gecertificeerde professionele coach.** 17 tot 18/2, van 17 tot 18/3, van 7 tot 8/4, van 26 tot 27/5 en 24/6. 10u-17u. Leiden door kennis van methodiek en techniek. Volgen door je af te stemmen op het unieke van je coachee. **Annick Noyens**. CoachingYou. Priorij Corsendonk. Corsendonk 5. 2360 OUDTURNHOUT. 03 321 97 04. annick.noyens@coachingyou.be - www.coachingyou.be

[O][VB] **Opleiding tot Coach.** 17/2 tot 17/6. 9u30-17u. Je leert coachingsvaardigheden om anderen te begeleiden én gebruikt deze technieken in je eigen persoonlijk proces. **Andy Curinckx, Katja Reyniers**. Systo. Koning Leopold-I-Straat 30. 3000 LEUVEN. 0477 460 433 - 016 84 44 47. info@systo.be - www.systo.be

[O][OV] **Open Coaching: opleiding tot gecertificeerde professionele coach.** 9 dagen (za. en zo.) vanaf 19/02. 10u-17u. Leiden door kennis van

methodiek en techniek. Volgen door je af te stemmen op het unieke van je coachee. **Annick Noyens**. CoachingYou. Karmelietenklooster. Burgstraat 46. 9000 GENT. 03 321 97 04. annick@coachingyou.be - www.coachingyou.be

## Communicatiemethoden

[W][AN] **Kristallen schedels - Meer dan een steen!** 16/2 en 2/3. 20u-22u30. Op verschillende manieren leren omgaan en communiceren met kristallen schedels. Je krijgt ook "huiswerk"! Iedereen welkom, ook jouw edelsteenschedel! **God&Lieve Van Der Taelen**, Leerkracht. Drie Veren. Bredabaan 734. 2170 MERKSEM. 0475 904 762. info@drieveren.be - www.drieveren.be

## Communicatie met dieren



[W][AN] **Basistechnieken honde massage en etherische oliën.** 17/2. Basistechnieken om ontspanningsmassage zelf toe te passen en te ondersteunen met massageolie. Toscanzahoeve. 2221 BOOISCHOT. 0475 347 112. info@toscanzahoeve.be - www.toscanzahoeve.be

[W][AN] **Lichaamstaal bij honden.** 26/2. 10u-16u Na deze workshop kan je beter een hond zijn gedrag en lichaamstaal begrijpen en wat je begrijpt kan je beter mee omgaan, beter trainen, heb je minder angst van enz... Toscanzahoeve. 2221 BOOISCHOT. 0475 347 112. info@toscanzahoeve.be - www.toscanzahoeve.be

[W][AN] **Honden en gedrag(sproblemen).** 5/3. 10u-16u. Deze dagworkshop leert iedereen die geïnteresseerd is hoe het gedrag van honden in elkaar zit, van waar dat gedrag ontstaat en hoe je

het kan sturen en eventuele problemen oplossen. Je leert deze dag ook omgaan met angst, hyperactiviteit en agressie bij honden. Toscanzahoeve. 2221 BOOISCHOT. 0475 347 112. info@toscanzahoeve.be - www.toscanzahoeve.be

### Creative expressie



**[W][OV] Intuïtief schilderen met Marha.** Elke di-wo-do-za. 14u-17u. Emoties worden omgezet in fantastische creaties op doek, papier, hout enz. Geen voorkennis vereist want het moet allemaal heel spontaan gebeuren. **Marha.** Kunstatelier Berkana. Rijststraat 6. 9688 SCHORISSE. 055 30 58 01 - 0499 294 638. marha.schorisse@gmail.com - www.kunstatelier-berkana.be

**[C][AN] Schilderen en beeldhouwen.** Elke ma en za. 10u-12u. Ieder op zijn eigen tempo met individuele begeleiding. Er is geen enkele voorkennis vereist. **Gweny Lotens.** Orante. Beeldhouwersstraat 46. 2000 ANTWERPEN. 0476 669 627. gwendolina.lotens@telenet.be - www.orante.be

### Dans



**[W][AN] Trancedans-avond Antwerpen.** 11/2. 20u-22u30. Trancedans-avond waarin je geblijnddoekt dansend op zoek gaat naar helling of inspiratie, of danst voor de evolutie van je ziel. Ervaring is niet nodig! **Aernoudt Knecht.** 't Werkhuys. Zegelstraat 13. 2140 BORGHERHOUT. 0479 423 411. aernoudt@trancedans.net - www.trancedans.net

**[W][OV] Relating: 3 levels, 5 Ritmes/fasen.** 12 tot 13/2. 10u30-18u. Al dansend verkennen hoe je in relatie staat met jezelf, een (dans)partner en de context. Wat voedt je? Waar verlies je contact? Hoe herstel je het? **Anne Geerts.** De Blauwe Poort. Collegebaan 55. 9090 GENT. 0476 898 006. annegeerts@skynet.be - www.danshetleven.be

**[C][VB] Buikdans Open Deur.** 16/2. 19u30-21u30. Egyptische buikdans voor lijf en ziel: verrijkend, verdiepend en inspirerend. Demo en proefles. **Hilde Vandingenen.** Amana Dance Theatre. St.-Pieterscollege. Minderbroedersstraat 13. 3000 LEUVEN. 0494 121 280. a@buikdans.net-www.buikdans.net

**[W][AN] Dans je passie.** 18/2 of 4/3. 10u30-12u. Muziek brengt je in beweging. Heelt je en helpt mee aan een innerlijke bevrijding. Kom los van je gedachten en geniet mee van het leven. **Patrick Fasseur.** Gomyway. Live love love life. Bisschopstraat 18. 2060 ANTWERPEN. 03 293 30 04. www.livelovelovelife.be

**[W][WV] Dancing 4 Mother Earth - dansfeest.** 18/2. 19u30. Wij kiezen voor muziek vanuit de ziel, klassiek tot trance... muziek die doet bewegen, voelen. Enkele vernieuwende projecten uit de streek die zich inzetten voor Moeder Aarde stellen zich voor. **Soulmade.** Brussegemplein 8. 1785 BRUSSEGEM. 02 305 53 90. soulmade@telenet.be - www.soulmadecreations.be

**[C][VB] Buikdans.** 23/2 tot 1/6. 19u-20u30. Buikdans is een oud-Egyptische kunst die nog steeds lichaam en ziel kan verrijken. Kom thuis in je lichaam én in een andere cultuur! **Hilde Vandingenen,** lesgeefster. Amana Dance Theatre. St Pieterscollege. Minderbroedersstraat 13. 3000 LEUVEN. 03 324 20 91. a@buikdans.net - www.buikdans.net

**[C][AN] Sacrale dans, zondag vieren.** 6/3. 10u-12u. Sacrale Dans is meditatie in beweging:

tijd om te ontspannen in de 'stilleheid van Zijn', tijd om lichaam en ziel te verbinden in contact met je bron. **Myriam Van De Ven.** Bliya Vzw. Hoeve Middenin. Buitensteinde 33. 2440 GEEL. 014 55 76 59. bliya@telenet.be - users.telenet.be/bliya

**[W][AN] Kundakids dansen voor ouders en kinderen.** 9/3 en 15/4. 10u30-12u. Muziek heeft een grote betekenis voor kinderen. Dit stimuleert het kind om nieuwe wegen en mogelijkheden van zichzelf te ontdekken. **Patrick Fasseur.** Livelove, Lovelife. Bisschopstraat 18. 2060 ANTWERPEN. 03 293 30 04 - 0486 627 809. www.livelovelovelife.be

### De dood en erna

**[W][AN] Lichtcirkelmeditatie.** 27/2. 10u30-12u. Er wordt speciaal aandacht besteed aan overledenen en hun omgeving om hen rust, vrede en licht toe te wensen. Elke laatste zondag van de maand. **Birgit Maes.** Ster. De Kring. Jaak De Boeckstraat 73. 2170 MERKSEM. 03 644 53 01. info@timotheus.org - www.stervzw.be

### Droomduiding

**[W][VB] Oefenavond droomanalyse.** 28/2. 19u30-22u. We oefenen met verschillende technieken om zelf te leren onze dromen te verklaren. Er is ruimte om ervaringen rond droomwerk uit te wisselen. **Cindy Schepers,** psychotherapeute. Droomcirkel vzw. CC Romaanse Poort. Brusselsestraat 63. 3000 LEUVEN. 0486 268 044. info@droomcirkel.be - www.droomcirkel.be

### Ecologie, milieu en natuurbehoud

**[C][LI] Stadslandbouw.** 12/2. Slimme technieken voor toepassing van optimaal grondgebruik zoals aquaponics, levende schutting, werken in hoogtes, voedselproductie in huis, permacultuur. **Taco**

**Blom.** Permacultuur School. Kasteel Nieuwenhoven. Engelbamp 55. 3800 SINT-TRUIDEN. 011 68 64 10. info@kasteelnieuwenhoven.be - www.kasteelnieuwenhoven.be

**[W][LI] Zonnecollector bouwen.** 19/2. Een apparaat dat zonlicht omzet in warmte die vervolgens gebruikt kan worden voor het verwarmen van ruimtes of water. Exclusief materiaalkosten. **Taco Blom,** Permacultuur School. De Permacultuur School. Kasteel Nieuwenhoven. Engelbamp 55. 3800 SINT-TRUIDEN. 011 68 64 10. info@kasteelnieuwenhoven.be - www.kasteelnieuwenhoven.be

**[O][LI] Permacultuur.** Vanaf 28/2 en 1/3 telkens op ma en di (8 weken). 10u-17u. Een ontwerpstelsel van ecosysteemen voor een duurzame toekomst door samen te werken met de natuur. **Taco Blom.** De Permacultuur School. Kasteel Nieuwenhoven. Engelbamp 55. 3800 SINT-TRUIDEN. 011 68 64 10. info@kasteelnieuwenhoven.be - www.permacultuur.eu

**[C][OV] Proefles Nordic Walking.** 6/3. 10u30-12u. In deze les maken we kennis met de basistechniek van het Nordic Walken. Een zachte sport die, ongeacht je conditie, iedereen kan beoefenen. **Step A-Way.** Sport en recreatiedomein De Blaarmeersen. Zuiderlaan 5. 9000 GENT. 0494 305 328. www.stepaway.be

### Emotional Freedom Techniques

**[C][AN] Basiscursus.** 18/2 en 25/2. 10u-17u. EFT is een eenvoudige methode om jezelf te bevrijden van angsten, pijn, depressie om zo meer vrij jezelf te zijn. Je leert ook werken met anderen. **Inge Van Den Eynde.** Welkomhoeve. Welkomhoeve 4. 2280 GROBENDONK. 014 51 98 20. ingevandenedeynde1@hotmail.com - www.shangri-la.be

**[W][OV] EFT-zelfhulpworkshop.** 24/2. 19u30-22u. EFT in groep met de Borrowing Benefits-methode. Elke laatste donderdag van de maand. **Koenraad Van Reeth, Veronique Schelfaut,** EFT-trainers. EFT-Academy. Sinaaidorp 19. 9112 SINAAI. 03 776 55 53. info@eft-academy.eu - www.eft-academy.eu

### Emotioneel lichaamswerk



**[W][LI] Het begin van ontdekken.** 24 tot 27/2. Deze vierdaagse training is gebaseerd op Emotioneel Lichaamswerk en systemisch Werken. Je kunt ook familie-opstellingen doen en jezelf ontdekken. **Koos Broer,** ELW-trainer. Kasteel De Schans. Kasteelstraat 18. 3680 OPOETEREN. 089 62 92 62. info@kasteeldeschans.com - www.kasteeldeschans.com

**[W][LI] Emotioneel Lichaamswerk.** 4 tot 6/3. Als je door ELW weer gaat voelen, ervaar je via je lichaam met welke blokkades je leeft, welke patronen je hinderen in contact met jezelf en anderen. **Koos Broer,** ELW-trainer. Kasteel De Schans. Kasteelstraat 18. 3680 OPOETEREN. 089 62 92 62. info@kasteeldeschans.com - www.kasteeldeschans.com

### Energetica

**[W][AN] Energie uit de Aarde - Edelstenen en kristallen.** 15/2. 20u-22u30. Hoe kies ik een steen voor mezelf/iemand anders? We gaan kijken, voelen, lezen... en kiezen natuurlijk! Iedereen is welkom, geen voorkennis vereist. **God&Lieve Van Der Taelen,** leerkracht-therapeut. Drie Veren. Bredabaan 734. 2170 MERKSEM. 0475 904 762. info@drieveren.be - www.drieveren.be

### Engelen en gidsen



**[C][WV] Kennismaken met Kuthumi en Lady Nada.** 11/2. 19u-21u30. Weer een "meesterlijke" Lichtwesaavond met meditatie, healing, energetisch werk en delen van ervaringen. **God&Lieve Van Der Taelen,** priesteres-leerkracht. Drie Veren. Zeedijk 48 app 6.2. 8370 BLANKENBERGE. 0475 904 762. info@drieveren.be - www.drieveren.be

**[O][AN] Engelandiamant voor Kinderen.** 15/2, 1/3, 15/3, 5/4, 26/4, 24/5 en 21/6. 19u30-22u15. Voor wie beroepsmatig of in familiekring met Engelen wil samen werken om kinderen & jongeren de natuurlijke Kracht van hun Ziel ruimte te geven. **Mieke Michiels.** Kristallen Poort. De Hulsten 48. 2980 ZOERSEL. 03 658 65 96. info@kristallenpoort.be - www.kristallenpoort.be

**[W][OV] Deeksha avond.** 16/2. 19u30-22u. Deeksha avond, ontvangen van de Goddelijke Genade, waardoor ervaring van het eenheidsgevoel. Opbouw: lichaamswerk, soundhealing, kundalini, deeksha. **Lindsay Hebbelink.** Centrum Astro-Ohm. Lamstraat 6. 9820 MERELBEKE. 09 239 90 79. centrum@astro-ohm.be - www.astro-ohm.be

**[O][AN] Inwijding met Aartsengel Chamuël.** 19/2, 21/2 of 23/2. Deze tedere Engel wekt mildheid voor onszelf en in onze relaties, helpt genieten van schoonheid, creativiteit, humor & spel, omhelst de bengel in ons. **Mieke Michiels.** Kristallen Poort. Kasteel van Schoten, Kristallen Poort Zoersel of Open Hart Centrum De Pinte. De Hulsten 48. 2980 ZOERSEL. 03 658 65 96. info@kristallenpoort.be - www.kristallenpoort.be

## Eutonie

**[C][AN] Je lieve lijf beter leren kennen via eutonie.** 18/2, 25/2 en 4/3. 9u30-11u. Je huid, je spieren en je skelet komen in de 3 sessies achtereenvolgens aan bod: ervaringsgerichte anatomie, begrijpelijk voor iedereen. **Renild Van den plas**, eutoniepagoog VES. Pionier. Guide Gezellestraat 28. 2400 MOL. 014 32 27 87. pionier@gemeentemol.be - [www.eutonie.be](http://www.eutonie.be)

**[C][WA] Korte basiscursus eutonie.** 18 tot 20/2. Eutonie als hulpmiddel om thuis te komen bij jezelf, rust en vitaliteit te her vinden en om meer bewust te worden van je lichaam. **Renild Van den plas**, eutoniepagoog VES. CM Masseur. Vakantiehuis CM. 5543 HEERSUR-MEUSE. 082 64 43 57. [www.masseur.be](http://www.masseur.be)

**[C][AN] Beginnerscursus eutonie.** elke woe-av. van 22/2 tem. 26/4. 19u-21u30. Stress en diverse kwaaltjes kunnen vermeden worden als je je lichaam nauwkeuriger beluistert en het juistert leert gebruiken. **Renild van den Plas**, Eutoniepagoog VES. De Wittestraat. 2350 VOSSLAAR. 014 43 65 11. renild.vdp@gmail.com - [www.eutonie.be](http://www.eutonie.be)

## Feng Shui

**[W][WV] Tweedaagse basisworkshop.** 19/2 en 5/3. 10u-17u. Een Feng Shui-consulente vertelt je tijdens deze tweedaagse meer over het belang, de voordelen en de basisprincipes van deze Oosterse leer. **An Sterken**, Feng Shui consulente. Feng Shui And More. Moritoen. Lange Vesting 112. 8200 BRUGGE. 0496 10 88 88. an@fengshuiandmore.be - [www.fengshuiandmore.be](http://www.fengshuiandmore.be)

## Geboortebegleiding

**[C][AN] Borstvoedingscursus.** 12/2. 13u-15u30. Een praktische benadering van borstvoeding: hoe werkt het, hoe leg ik mijn kindje correct aan de

borst, wanneer voeding geven, enz... **Christel Vermeulen**, vroedvrouw. Groepspraktijk de Sprong. Korte Vianenstraat 4 bus 69. 2300 TURNHOUT. 0474 726 296. christel@desprong.be

**[C][AN] Infoavond flesvoeding.** 25/2. 19u-20u30. Op deze avond worden de verschillen tussen de soorten poeders, flessen, speenen e.d. nader bekeken. Hoeveel eet een baby, hoe wordt een fles gemaakt, enz. **Christel Vermeulen**, vroedvrouw. Groepspraktijk de Sprong. Korte Vianenstraat 4 bus 69. 2300 TURNHOUT. 0474 726 296.

## Healing



**[W][WV] Open Healing Cirkel.** 25/2. 19u30-22u. Samen komen en verder groeien, elke laatste vrijdagavond. Meditatie-Healen-Gronden-Engelen-Sjamanistisch Voyage Work-Diepe kennis vinden ... **Leen Joseph**, spiritueel coach. Heart Of The Rainbow vzw. De Hoeve. Zevenkerken 4. 8420 SINT-ANDRIES BRUGGE. 0476 861 192. heartoftherainbow@gmail.com - [www.heartoftherainbow.be](http://www.heartoftherainbow.be)

**[W][OV] Sta in je Meesterkracht - Intensive weekend.** 26 tot 27/2. 10u-18u. Groeien naar je innerlijke meesterkracht: contact met het Hogere Zelf, herkennen en bekrachtigen van het zielepotentieel, healing met Engelen, deeksha. **Lindsay Hebelinck**, **Philippe Slimbroeck**. Centrum Astro-Ohm. Lamstraat 6. 9820 MERELBEKE. 09 239 90 79. centrum@astro-ohm.be - [www.astro-ohm.be](http://www.astro-ohm.be)

## Kaartleggen

**[C][AN] De wijsheid van de Tarot : Reeks 1 De kleine Arcana.** 16/2. 20u-22u30. De tarotkaarten geven ons menselijk leven in beelden weer. Ze bevatten een diepe wijsheid en esoterische kennis over het leven van de mens op aarde. **Margot Dorren**. De Kleine Bron. Vrijdagsmarktstraatje 3 bus 2. 2000 ANTWERPEN. 03 225 02 27. info@dekleinebron.be - [www.dekleinebron.be](http://www.dekleinebron.be)

**[W][AN] Inzicht in jezelf via de tarot.** 5/3. 13u-17u30. We gaan op een speelse manier met de kaarten werken om meer inzicht in onszelf en ons leven te krijgen zonder dat je hiervoor de Tarot moet kennen. **Margot Dorren**. De Kleine Bron. Vrijdagsmarktstraatje 3 bus 2. 2000 ANTWERPEN. 03 225 02 27. info@dekleinebron.be - [www.dekleinebron.be](http://www.dekleinebron.be)

## Kleur- en lichttherapie

**[W][VB] Kleurenpuntuur: Apotheek van het Licht.** 9u30-17u. Betekenis en werking van licht en kleur volgens de esoterische geneeskunde. Kleur/lichttherapie, aangebracht op acupunctuur-, reflex- en lichaampunten. **Inge Cox**, Natuurgeneeskundige. San Bao. Eeuwfeeststraat 2. 3400 EZEMAAL. 016 78 26 86. info@sanbao.be - [www.sanbao.be](http://www.sanbao.be)

## Massage

*Massage & Mythologie*  
[www.dhartiaansedynamica.be](http://www.dhartiaansedynamica.be)

**[W][WV] Valentino Massagedag.** 13/2. 10u30-17u. Een innige massagedag met eenvoudige oefeningen. Aandacht voor rug, nek en schouders. Je gebruikt mijn oliën en tafels op de feërieke Minnezolder ! **Trees Dewever**, massagetherapeute. Minnezolder. Begijnhof 17. 8000 BRUGGE. 050 61 28 30 - 0474 406 128. trrr@telenet.be - [www.treesdewever.be](http://www.treesdewever.be)

**[C][AN] Holistische massage.** 14/2. 20u-22u30. Mensen hebben intuïtief altijd geweten hoe ze elkaar moeten aanraken om gerust te stellen en te kalmeren. Iedere les geef je en ontvang je een massage. **Maria-Elena Campo**. De Kleine Bron. Zaal Timotheus. Jaak de Boeckstraat 73. 2170 MERKSEM. 03 225 02 27. info@dekleinebron.be - [www.dekleinebron.be](http://www.dekleinebron.be)

**[C][AN] Minimassage: Gezichts-.** 18/2. 20u-22u30. Heerlijk ontspannend, geeft een open uitstraling en maakt ruimte in de sinussen. **Leen Huysman**. Zomerhuis. Pastoor Goetschalckxstraat 48. 2180 EKEREN. 03 646 63 43. info@zomerhuis.be - [www.zomerhuis.be](http://www.zomerhuis.be)

**[W][AN] Natuurlijke gezichtsverjonging.** 3/3. 10u-12u. Inge Van Den Eynde. Welkomhoeve. Welkomhoeve 4. 2280 GROBENDONK. 014 51 98 20. ingevandeneynde1@hotmail.com - [www.shangri-la.be](http://www.shangri-la.be)

**[C][AN] Massageverweekend voor koppels.** 4 tot 6/3. 18u-17u. Massage is een bijzonder ritueel om samen te ontspannen en diep contact te maken. Een eenvoudige lichaamsmassage wordt aangeleerd. **Andrée Borguet**, **Ief Barbier**. Integram. Amethyst. G.Vandenheuvelstraat 132. 2230 RAMSEL. 016 73 50 27 - 0484 677 870 - 0486 835 016. info@integram.be - [www.integram.be](http://www.integram.be)

## Massage voor baby's en zwangere vrouwen

**[W][VB] Massageveravond voor zwangere koppels.** 18/2. 20u-22u. Gezamenlijke ontspanningsoefening in contact met elkaar en kindje. Verder leert de partner eenvoudige massagebewegingen voor diepe ontspanning. **Andrée Borguet**. Integram. Groepsruimte Emovere, St Jansschool. Mechelsevest 2. 3000 LEUVEN. 016 73 50 27 - 0484 677 870. info@integram.be - [www.integram.be](http://www.integram.be)

## Meditatie

**Meditatie in alle eenvoud... gratis kennismaking**  
Tel: 02 463 38 27  
brussels@be.bkwsu.org  
[www.bkwsu.org/belgium](http://www.bkwsu.org/belgium)  
[www.just-a-minute.org](http://www.just-a-minute.org)  
**BRAHMA KUMARIS**  
VZW

**[W][WV] Leven vanuit je hart.** 10/2 tot 12/5. 19u15-22u. 7 avonden brengen ons in de mystieke ruimte van ons hart verbonden met het universele hart via unieke meditatie gebaseerd op de oude mysteriescholen. **Veronique Van Moortel**, orthomoleculair gezondheidstherapeute. Artdesign bvba. Barrierestraat, 39. 8200 BRUGGE. 050 38 07 67. veroniquevanmoortel@skynet.be - [www.veroniquevanmoortel.be](http://www.veroniquevanmoortel.be)

**[C][VB] Vipassana.** 10/2 tot 10/3. 20u-21u30. Met instructies en onderricht. **Marie-Cécile Forget**, **Gerda D'Hertefeld**. Dhamma Group. Sint Geertrui abdij 6. 3000 LEUVEN. 016 23 36 85. dhertefeld@yahoo.com - [www.dhammagroupbrussels.be](http://www.dhammagroupbrussels.be)

**[W][WA] Vipassana meditatie-dag.** 13/2. 11u-18u. Intensieve vipassana-praktijk: zitmeditatie, loopmeditatie en meditatie in dagelijkse activiteiten. **Marie-Cécile Forget**, meditatieleeraar. Dhamma Group. Dhammaramsi Meditatie Centrum. Route de la Floreffe 22. 5170 RIVIÈRE (NAMEN). 0474 590 021. info@dhammagroupbrussels.be - [www.dhammagroupbrussels.be](http://www.dhammagroupbrussels.be)

**[W][WV] Meditatie voor iedereen.** 15/2, 22/2, 1/3, 8/3. 19u30-21u. Via visualisatie en stille, fysieke, zowel als mentale oefeningen, komen tot die diepe ruimte in jezelf. **Leen Joseph**, Spirituele Coach. Heart Of The Rainbow Vzw. Buurthuis 't Hoekje. Thomas van Loostraat 31b. 8400 OOSTENDE. 0476 861 192. heartoftherainbow@gmail.com - [www.heartoftherainbow.be](http://www.heartoftherainbow.be)

**[W][WV] Meditatie als levenskunst.** 20/2. 10u-16u30. Wat is

het en wat kan het betekenen in je leven? Zowel stille als bewegende meditatie, met theorie en oefening. Met humor en diepte. **Trees Dewever**. Minnezolder. Begijnhof 17. 8000 BRUGGE. 050 61 28 30 - 0474 406 128. trrr@telenet.be - [www.treesdewever.be](http://www.treesdewever.be)

**[W][WA] Tiendaagse retraite vipassana.** 4/3. Intensieve vipassana Mahasi methode. **Sayadaw U Pannasami**, monnik uit Birma. Dhamma Group. Dhammaramsi meditatie centrum. Route de la Floreffe 22. 5170 RIVIÈRE (NAMEN). 0473 717 016 - 02 736 11 01. carolinejeandrain@hotmail.com - [www.dhammagroupbrussels.be](http://www.dhammagroupbrussels.be)

## Mediums en channeling

**[W][AN] Mediumschap.** 26/2. 10u-17u. Soms voelen we energieën en krachten die we niet kunnen zien of aanraken. Deze verschijnselen zijn in eerste instantie niet goed te herkennen... **Han Ko Bicknese**. De Kleine Bron. 2000 ANTWERPEN. 03 225 02 27. [www.dekleinebron.be](http://www.dekleinebron.be)

## Mindfulness

**[C][WV] Mindfulness.** 11/2 tot 18/3. 19u-21u45. Leren je handelingen verrichten met aandacht, leven in het nu-moment, i.p.v. piekeren, dromen, zorgen maken, onder stress leven, niet kunnen slapen... **Dirk Vieren**, mindfulnesstrainer. Levensstroom. Centrum De Ruimte. Romestraat 71. 8400 OOSTENDE. 056 32 39 69. vragenstaatvrij@heartfulness.be - [www.heartfulness.be](http://www.heartfulness.be)

**[C][VB] Mindfulness 8 weken-training.** 15/2 tot 12/4. 9u-11u45. Dit programma is geschikt voor iedereen die beter wil omgaan met de uitdagingen van iedere dag, stress, angst, enz. **Inge De Leeuw**, Mindfulnesstrainer. IAM - Mindfocus. Centrum De Curve. A. de Becker-Remyplein 19. 3010 KESSEL-LO. 09 238 60 90. bea@aandacht.be - [www.aandacht.be](http://www.aandacht.be)

**[W][OV] Gelukkig Zijn.** 20/2. 10u-17u. Een dag in het teken van mindful gelukkig zijn. Wat is gelukkig zijn? En hoe saboteren we ons eigen geluk? **Dr. Gerbert Backx**, oprichter Academie voor Levenskunst. IAM - Mindfocus. Het Rustpunt. Burgstraat 46. 9000 GENT. 0494 946 060 - 09 328 60 90. [bea@aandacht.be](mailto:bea@aandacht.be) - [www.aandacht.be](http://www.aandacht.be)

**[W][OV] Ademrust.** 4/3. 10u-17u. Het geheim van innerlijke rust schuilt in het omgaan met de adem. Zowel de theoretische als praktische basisprincipes worden aangereikt. **Geert Devriendt**, kinesitherapeut ademtherapeut. IAM - Mindfocus. De Blauwe Poort. Collegebaan 49. 9090 MELLE. 0494 946 060 - 09 328 60 90. [bea@aandacht.be](mailto:bea@aandacht.be) - [www.aandacht.be](http://www.aandacht.be)

### Muziektherapie & klankenbehandeling

[www.brighinda-healingsounds.be](http://www.brighinda-healingsounds.be)

**[W][WV] Zang-klankschaalconcert/massage.** 19/2 of 21/2. Je bent welkom, om er enkel van te proeven, om te 'helen', om te relaxeren /harmoniseren, éénmalig, of meerdere keren. **Josiane Burrick**, Klank/Mudra Healer. Brighinda Healingsounds. Rapaertstraat 39. 8310 BRUGGE. 050 37 10 17. [brigidrhannon@pandora.be](mailto:brigidrhannon@pandora.be) - [www.brighinda-healingsounds.be](http://www.brighinda-healingsounds.be)

### Natuurlijke geneeswijzen

**[W][WV] Jin shin jyutsu - mezelf leren kennen (boek 1).** 26 tot 27/2. 9u30-17u. Nadruk vooral op de praktische toepassingen zodat de theorie van de zelfhulp ook beleefd wordt door bewust contact te nemen met de energiesloten. **Dominique Delaunoy**. Magnolia Federation vzw. De Kluizerij. Aalsterdreef 1. 1790 AFFLIGEM. 052 372 765. [magnolia.federation@skynet.be](mailto:magnolia.federation@skynet.be) - [www.magnolia-federation.org](http://www.magnolia-federation.org)

### Natuurvoeding



een hart voor gezondheid, koken en natuur

**[W][AN] Reinigend koken.** 10/2. 19u30-22u. Leer hoe je met behulp van helende en specifiek reinigende gerechten, sappen en thee's helder in je hoofd en schoon van binnen wordt. Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. 03 230 13 82. [www.owc.be](http://www.owc.be)

**[W][AN] Natuurvoeding: de basis: Winter!** 13/2. 10u-13u. In deze reeks leer je heerlijk verwarmende, winterse gerechten klaarmaken: stevige soepen en stoofpotjes, krokante granen... Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. 03 230 13 82. [www.owc.be](http://www.owc.be)

**[W][AN] Culinair met zee-wier - demoles.** 16/2. 19u30-22u30. Groenten uit zee zijn ontzettend mineraalrijk, hebben een rijke smaak en zijn geschikt voor vele gerechten. Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. 03 230 13 82. [www.owc.be](http://www.owc.be)

**[W][AN] Dinner-Lecture: Levensbelangrijke Enzymen.** 28/2. 19u-22u. Ze vormen een sleutelfactor voor een optimale werking van onze vertering. Hoe zorgen we ervoor dat ze in ons voedsel zitten of hoe maken we ze zelf? **Rik Vermuyten, Viviane Van Dyck**. Restaurant Faites Simple. Quellinstraat 30. 2018 ANTWERPEN. 0485 050 577. [info@rikvermuyten.com](mailto:info@rikvermuyten.com) - [www.rikvermuyten.com](http://www.rikvermuyten.com)

**[W][AN] Zuiverende Kooklessen.** 1/3, 15/3, 22/3, 29/3 en 5/4. 19u-22u. In elke les koken we voor 1 van de 5 orgaanokpels, zodat we na 5 lessen in staat zijn ons goed te verzorgen en te versterken. Les 1:

Nieren en Blaas. **Viviane Van Dyck**, bio-kokkin. Kookklas van het Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. 0485 050 577. [info@vivianeandyck.com](mailto:info@vivianeandyck.com) - [www.vivianeandyck.com](http://www.vivianeandyck.com)

**[W][AN] Koken voor singles - demoles.** 2/3. 19u30-22u. Hoe maak je lekkere, snelle en volwaardige maaltijden? Hoe kan je goed, efficiënt en vooruitziend koken voor jezelf? Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. 03 230 13 82. [www.owc.be](http://www.owc.be)

**[C][BR] Living Foods.** 7/3. Praktische lessen waarbij je leert om over te stappen van conventionele voeding naar biologische voeding met een hoge energiewaarde. **Mark Tucker**, Nutritional Coach. Tan Club. Restaurant Tan. 1000 ELSENE. 02 537 87 87. [info@tanclub.org](mailto:info@tanclub.org) - [www.tanclubcooking.org](http://www.tanclubcooking.org)

### Opstellingen

**[W][LI] Opstellingsavond.** 10/2. Een opstelling (systemische benadering) slaat vaak de hamer op de kop en is de start van een proces van bewustwording, integratie en heling. **Sylvie Oerlemans**, Animusa. Kasteel Nieuwenhoven. Engelpamp 55. 3800 SINT-TRUIDEN. 0473 930 287. [sylvie@animusa.com](mailto:sylvie@animusa.com) - [www.animusa.com](http://www.animusa.com)

**Gezonde verhoudingen opstellingen met Indra**  
[www.atelierlevenskunst.be](http://www.atelierlevenskunst.be)

**[W][AN] Familieopstellingsweekend.** 12/2 en 13/2. 10u-18u. Duidelijke oplossingen vinden voor persoonlijke -, relatie- en opvoedingsproblemen en ziektes. **Indra Torsten Preiss**. Atelier Levenskunst. August Van Daelstraat 17. 2610 WILRIJK. 03 825 53 74. [indra@atelierlevenskunst.be](mailto:indra@atelierlevenskunst.be) - [www.atelierlevenskunst.be](http://www.atelierlevenskunst.be)

**[O][VB] Opleiding familieopstellingen.** 19/2 tot 19/6. 9u30-17u. Je leert om volledig zelfstandig opstellingen te begeleiden. Je zal tevens ervaren welke invloed je familie heeft op wie je bent en wat je doet. **Andy Curinckx, Ans Utens**, coach, coach. Systo. Koning Leopold-I-Straat 30. 3000 LEUVEN. 016 84 44 47 - 0477 460 433. [info@systo.be](mailto:info@systo.be) - [www.systo.be](http://www.systo.be)

**[W][LI] Opstellingsdag met muziek en dans: thema "seksualiteit"** 20/2. systemische beandering en opstellingen omtrent je eigen seksualiteit, uniek in combinatie met live muziek en dans, een creatieve ontdekkingsreis. **Sylvie Oerlemans**, Animusa. Kasteel Nieuwenhoven. Engelpamp 55. 3800 SINT-TRUIDEN. 0473 9 0 287. [sylvie@animusa.com](mailto:sylvie@animusa.com) - [www.animusa.com](http://www.animusa.com)

**[W][LI] Opstellingsavond.** 22/2. Een opstelling (systemische benadering) slaat vaak de hamer op de kop en is de start van een proces van bewustwording, integratie en heling. **Sylvie Oerlemans**, Animusa. Kasteel Nieuwenhoven. Engelpamp 55. 3800 SINT-TRUIDEN. 0473 930 287. [sylvie@animusa.com](mailto:sylvie@animusa.com) - [www.animusa.com](http://www.animusa.com)

**[W][VB] Loopbaanopstelling.** 26/2. 9u30-17u. Een loopbaanopstelling laat onder meer zien hoe jij je in wezen verhoudt tot je werk, je dilemma's, je wensen, je potentieel en je doelstellingen. **Andy Curinckx**, facilitator. Systo. Koning Leopold-I-Straat 30. 3000 LEUVEN. 016 84 44 47 - 0477 460 433. [info@systo.be](mailto:info@systo.be) - [www.systo.be](http://www.systo.be)

**[W][VB] Succesopstellingen.** 27/2. 9u30-17u. Wat betekent succes en op welke manier kan je dit invullen? Tijdens deze dag kan je ervaren wat je persoonlijk en/of professioneel succes inhoudt! **Andy Curinckx**, facilitator. Systo. Koning Leopold-I-Straat 30. 3000 LEUVEN. 016 84 44 47. [info@systo.be](mailto:info@systo.be) - [www.systo.be](http://www.systo.be)

### Persoonlijke ontwikkeling

**Elan Vital institute**  
Persoonlijke Groei & Coaching  
Workshop (Gericht tot Coaches, Trainers, Counselors, Therapeuten, ...)  
**AUTHENTIC MOVEMENT**  
Dansen met onze Schaduwen  
19 & 20 feb. 2011  
[info@elanvital.be](mailto:info@elanvital.be)  
Félix Hapstraat 11 - 1040 Brussel  
In de kern van de Mens  
[www.baogroup.be](http://www.baogroup.be)

**[W][OV] Intuïtief je droomjob vinden.** 10, 17 en 24/2. 19u30-22u30. Laten we vooral ons creatieve intuïtieve brein voor ons laten werken. Via een aantal intuïtief/energetische oefeningen zoeken we samen naar een antwoord. **Bruno Braeckman**, Timotheus. De Bedding. Kromme wal 2. 9000 GENT. 03 644 53 01. [info@timotheus.org](mailto:info@timotheus.org) - [www.timotheus.be](http://www.timotheus.be)

**[C][AN] Aromatherapie basisreeks.** 10/2 tot 7/4. 20u-22u. In deze reeks zien we eerst en vooral de basis van de aromatherapie: wat is het, hoe gebruiken we het, waar dienen al die geurtjes voor? Oost West Cen-

trum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. 03 230 13 82. [www.owc.be](http://www.owc.be)

**[C][WV] Heartfulness-training.** 10/2 tot 26/5. Met mindfulness-meditatie, beweging, visualisatieoefeningen, dans en schaduwwerk,... naar het hart. **Dirk Vieren**, Mindfulness trainer. Levensstroom. Sarephta. Ezelstraat 26. 8000 BRUGGE. 056 32 39 69. [vragenstaatvrij@heartfulness.be](mailto:vragenstaatvrij@heartfulness.be) - [heartfulness.be/heartfulness/heartWaf.html](http://heartfulness.be/heartfulness/heartWaf.html)

**[C][BR] Stadsverlichter.** 12/2. 14u-18u. Jezelf helen, je medemens, de stad, de natuur, de planeet. Het belang van het energetisch werk van oude culturen, hier en nu. Tweetalig NL-FR. Ateliers Vzw. Willebrord Van Perckstraat 6. 1140 EVERE. 0477 186 813.

**[W][AN] Ontwaken in de dans.** 12/2. 10u-12u. Tijdens deze ochttelijke danssessies krijg je de ruimte om - te midden van andere liefdevolle zielen - zachtjes te ontwaken in je lichaam en de golvende bewegingen van

workshops | cursussen | opleidingen  
vormingscursussen op het vlak van natuurlijk leven, persoonlijke ontwikkeling, spiritualiteit en gezondheid  
**oostwestcentrum**  
van nature innoverend  
[www.owc.be](http://www.owc.be)

vakantieplek midden in de natuur  
ecologisch verbouwd gasten- en groepsverblijf in de zuiderse sfeer van de Gaume met 100% bio gourmet keuken  
**lafermedu boislecomte**  
van nature energetisch  
[www.boislecomte.be](http://www.boislecomte.be)



je ademhaling te volgen. Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. 03 230 13 82. [www.owc.be](http://www.owc.be)

**[W][AN] Spirituele toolbox.** 12/2. 10u-17u. Het doel van dit programma is om deelnemers een methode aan te leren om hun lichaam zowel fysiek als energetisch en emotioneel in evenwicht te brengen. Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. 03 230 13 82. [www.owc.be](http://www.owc.be)

**[W][AN] Dans je magie.** 12/2. 14u-17u. In deze lessen krijg je de ruimte om - temidden van andere liefdevolle zielen - te verkennen welke bewegingen goed voelen voor je lichaam. Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. 03 230 13 82. [www.owc.be](http://www.owc.be)

**[W][AN] SoulSounds - Controle loslaten.** 13/2. 10u-17u. Tijdens deze dag kijken we waarom controle loslaten beangstigend is en tegelijk zo bevrijdend. Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. 03 230 13 82. [www.owc.be](http://www.owc.be)

**[W][AN] Healing en Reading.** 13/2. 10u-17u. Naast healing en reading schenken we aandacht aan persoonlijke transformatie omdat dit de genezende en intuïtieve kwaliteiten versterkt. Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. 03 230 13 82. [www.owc.be](http://www.owc.be)

**[W][AN] Aromatische massage.** 13/2. 10u-17u. We leren eenvoudige massagegrepen zodat je een zalige massage kunt geven. De nodige aandacht gaat ook naar verantwoord gebruik van etherische oliën. Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. 03 230 13 82. [www.owc.be](http://www.owc.be)

**[W][AN] Ik heb geen tijd meer.** 17/2 tot 3/3, van 18/2 tot 4/3. Vanuit de kwantumfysica komt

een totaal nieuwe benadering van tijd naar voor. We spreken daar van een uiterlijke klok en een innerlijke meer klok. **Lisette Hofmans, Linda Robben, Marcella Gils.** Timotheus. De Kring. Jaak De Boeckstraat 73. 2170 MERKSEM. 03 644 53 01. [info@timotheus.org](mailto:info@timotheus.org) - [www.timotheus.be](http://www.timotheus.be) Deze cursussen gaan door in Mol, Duffel en Kessel-Lo.



**[W][AN] Intuïtief je droomjob vinden.** 17/2, 24/2 en 3/3. 14u-17u. Laten we vooral ons creatieve intuïtieve brein voor ons laten werken. Via een aantal intuïtief/energetische oefeningen zoeken we samen naar een antwoord. **Ingrid-Catharina Antonissen.** Timotheus. De kring. Jaak De Boeckstraat 73. 2170 MERKSEM. 03 644 53 01. [info@timotheus.org](mailto:info@timotheus.org) - [www.timotheus.be](http://www.timotheus.be)



**[C][WA] Winter Stilteweekend.** 18 tot 20/2. Twee dagen rust en stilte in een inspirerende en groene omgeving in de vallei van de Vesder. Van harte welkom! **Yola Thienpont, Guy Saey.** Het Stiltehuis. Rue du Vivier 447. 4870 FRAIPONT. 0473 630 627. [yola.thienpont@skynet.be](mailto:yola.thienpont@skynet.be) - [www.hetstiltehuis.be](http://www.hetstiltehuis.be)

**[W][OV] Transformatiespel.** 19/2. 14u-17u30. Het is gericht op persoonlijke groei en brengt inzicht en richting. Al spelend komt een nieuwe zienswijze op het vraagstuk van je levensweg. **Nadine Van Der Aa.** Equinox. Louis Van Houtestraat 31. 9050 GENTBRUGGE. 0476 670 424. [nadine.vdaa@skynet.be](mailto:nadine.vdaa@skynet.be) - [www.equinoxenergie.be](http://www.equinoxenergie.be)

**[W][AN] Hoe geef ik mijzelf een goede relatie !?** van 19 tot 20/2. 10u-16u. Workshop voor singles waarin we kijken naar relaties met een ander én met jezelf. Je kan veel doen om een relatie dichterbij te brengen, als je dat wil. **Paul Bles.** De Kleine Bron. Café Refuge. Zimmerplein 12. 2500 LIER. 03 225 02 27. [info@dekleinebron.be](mailto:info@dekleinebron.be) - [www.dekleinebron.be](http://www.dekleinebron.be)

**[W][AN] Introductiedag sjamanisme.** 19/2. 10u-17u. Deze dagen biedt je de mogelijkheid om je eigen sjamanenenergie te exploreren, uit te bouwen, te herinneren, te oefenen. Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. 03 230 13 82. [www.owc.be](http://www.owc.be)

**[W][AN] Familieopstellingen.** 19/2. 10u-17u. Familieopstellingen bieden je diepgaand inzicht in oude, onbewuste patronen en/of verstrikkingen die je leven beheersen. Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. 03 230 13 82. [www.owc.be](http://www.owc.be)

**[W][AN] Een reis doorheen de dimensies van licht en kleur: kleurenpuntuur.** 20/2. 10u-17u. Een behandeling waarbij door middel van een lichtpen gebruik wordt gemaakt van de helende energie uit kleuren en licht. Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. 03 230 13 82. [www.owc.be](http://www.owc.be)

**[W][AN] Oorkaarsen.** 23/2. 19u-22u. Oorkaarsen werken lichaamszuiverend, geven een weldadig gevoel, zijn druk- en pijnverminderend, vooral in hoofd- en oorgebied. Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. 03 230 13 82. [www.owc.be](http://www.owc.be)

**[W][AN] TranceDans-avonden.** 24/2. 19u30-22u. TranceDans is een krachtig ritueel dat ons leert over overgave en verbinding met al wat is. Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. 03 230 13 82. [www.owc.be](http://www.owc.be)

**[C][AN] Spiritual response therapy.** 25 tot 27/2. 10u-17u. Leer je onderwuste kennen en zuiveren via je pendel die in contact staat met je Hogere Zelf. **Mia Hemmerchts.** Gecertificeerd SRT Practitioner. De Blauwe Hemel. Hemmerchts. Schoytestraat 34. 2000 ANTWERPEN. 0474 097 703. [info@deblauwehemel.be](mailto:info@deblauwehemel.be) - [www.deblauwehemel.be](http://www.deblauwehemel.be)

**[W][AN] Ken jezelf, je sterke kanten en je levenslessen.** 26. 10u30-17u. In deze workshop gaan we onszelf en onze mogelijkheden en blokkades leren herkennen en zo ontdekken we welke stappen nu zinvol zijn in ons leven. **Margot Dorren.** De Kleine Bron. 2000 ANTWERPEN. 03 225 02 27. [info@dekleinebron.be](mailto:info@dekleinebron.be) - [www.dekleinebron.be](http://www.dekleinebron.be)

**[W][AN] Bubbling Zen.** 26/2. 10u-17u. Osho meditatie zijn muziekbegeleide meditatie, die meestal 1 uur duren. Vertrekpunt is steeds beweging, loswerken van (opgekropte) spanning/blokkade. Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. 03 230 13 82. [www.owc.be](http://www.owc.be)

**[W][AN] Holistische massage.** 27/2. 10u-17u. Deze cursus biedt jou de mogelijkheid om holistische massage zelf toe te passen. Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. 03 230 13 82. [www.owc.be](http://www.owc.be)

**[W][AN] Dans je leven.** 27/2. 20u-22u. Deze 5 ritmes sessies en workshops zijn er voor iedereen die wil dansen en bewegen. Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. 03 230 13 82. [www.owc.be](http://www.owc.be)

**[W][WV] Script-As-Methode: van lichaamsprobleem naar heling.** 27/2. 10u-16u. Via een samenspel van schrijven en kleuren word je vrij van onverwerkte emoties en trauma's uit het verleden. We vertrekken van een fysiek probleem. Anna-Maria Mergaert. Moritoenhuis. Lange Vesting 112. 8200 BRUGGE. 050 31 60 70 - 0474 41 44 40.

[annamariamergaert@gmail.com](mailto:annamariamergaert@gmail.com) - [www.floweringlove.be](http://www.floweringlove.be)

**[W][AN] Gezonde dosis dans.** 1/3. 21u-22u. Muziek van alle werelddelen neemt ons mee op een reis doorheen ons lijf. We laten ons inspireren door dansbewegingen uit andere culturen. Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. 03 230 13 82. [www.owc.be](http://www.owc.be)

**[W][AN] Leer- en Meditatiegroep 'Vrede in je Hart met Master over Mind'.** van 3/3 tot 7/4. 10u30-12u. Met mindfulness, Shingon, lichaamsbewustwording en Energy Medicine krijg je zelf de sleutel tot je innerlijke rust en vitaliteit. De groep is doorlopend. **Gerry Van Ravenzwaay,** personal development coach-bedrijfspsycholoog. Master Over Mind. Eureka. Ericaleaan 1. 2920 KALMTHOUT. 0470 35 49 85. [ravenzwaay@masterovermind.eu](mailto:ravenzwaay@masterovermind.eu) - [www.masterovermind.nl](http://www.masterovermind.nl)

**[W][AN] Healing Tao Basis.** 5 tot 6/3. 10u-17u. In deze cursus gaan we doorheen onze organen en onze klieren met het gebruik van de twee meditatie: 'Innerlijke Glimlach' en 'Helende Geluiden'. Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. 03 230 13 82. [www.owc.be](http://www.owc.be)

**[W][AN] Klassieke Zweedse massage en lymfedrainage-introductie.** 5/3. 10u-17u. Deze massagevormen helpen om te ontspannen, de spieren los te maken en blokkades te signaleren. Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. 03 230 13 82. [www.owc.be](http://www.owc.be)

**[W][AN] Voetreflex - introductie.** 5/3. 10u-17u. Kennismaking met de basisprincipes en -technieken van voetreflexmassage. Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. 03 230 13 82. [www.owc.be](http://www.owc.be)



**[W][AN] Introductiedag sjamanisme.** 5/3. 10u-17u. Deze sjamanistische introductiedagen bieden je de mogelijkheid om je eigen sjamanenenergie te exploreren, uit te bouwen, te herinneren, te oefenen. Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. 03 230 13 82. [info@owc.be](mailto:info@owc.be) - [www.owc.be](http://www.owc.be)

**[C][WA] Stilteweek in Het Stiltehuis.** 7 tot 11/3. Stap in een andere tijdsbeleving, leef in het hier en nu. Proef de eenvoud, kom tot rust en ontdek wat voor jou van betekenis is. **Yola Thienpont, Guy Saey.** Het Stiltehuis. Rue du Vivier 447. 4870 FRAIPONT. 0473 630 627. [yola.thienpont@skynet.be](mailto:yola.thienpont@skynet.be) - [www.hetstiltehuis.be](http://www.hetstiltehuis.be)

**[W][AN] Dans je energie(k).** 8/3. 10u-16u. Tijdens deze dagworkshop krijg je de ruimte om - te midden van andere liefdevolle zielen - in te voelen hoe jouw energie, in al haar aspecten, stroomt. Oost West Centrum. Van Schoonbekestraat 148. 2018 ANTWERPEN. 03 230 13 82. [www.owc.be](http://www.owc.be)



**Persoonlijkheid & menselijke relaties**

**[C][AN] Jezelf zijn. Naar een meer harmonisch en evenwichtig leven.** 10/2, 17/2 en 24/2. 19u15-22u30. We staan stil bij je verstand, je gevoel, je lichaam, je capaciteiten... Zo leer je jezelf beter kennen en begrijpen. Zo ervaar je wie je écht bent. **Miek Van Caackenbergh**, PRH-Vormingsmedewerker. PRH vzw. Kapel. Steenstraat 2. 2180 EKEREN. 03 542 69 88. miek.vacaackenbergh@prh.be - www.prh.be

**[C][VB] Je innerlijke drive ontdekken.** 10/2, 17/2 en 24/2. 19u-22u15. Aan de hand van inspirerende teksten leer je in voeling komen met de stroom van leven in jezelf. Deze kracht helpt je waar te maken wie je bent. **Patrick Jossa**, PRH-Vormingswerker. PRH vzw. 't Groeihuis. Sint-Jozefsdreef 7. 3020 HERENT. 03 755 44 01. patrick.jossa@prh.be - www.prh.be

**[C][OV] Jezelf zijn. Naar een meer harmonisch en evenwichtig leven.** 12/2, 19/2 en 26/2. 13u-16u15. We staan stil bij je verstand, je gevoel, je lichaam, je capaciteiten... Zo leer je jezelf beter kennen en begrijpen. Zo ervaar je wie je écht bent. **Lutgarde Doms**, PRH-Medewerker. PRH vzw. 't Klokske. Dries 54. 9255 BUGENHOUT-OPDORP. 052 33 61 96. lutgarde.doms@prh.be - www.prh.be

**[W][VB] Vereenvoudig je leven.** 14/2, 21/2 en 28/2. 19u-22u. Praktische en concrete tips om zelf meer het stuur van je leven in handen te nemen. **Erik Decolvenaer**. Syntra Campus Leuven. Geldenaaksebaan 327. 3001 LEUVEN. 0473 95 04 88. info@innerlijkezoektocht.be - www.innerlijkezoektocht.be

**[C][OV] Wie ben ik? De eigen persoonlijkheid, basis voor een krachtige dynamiek.** 21/2, 22/2, 28/2, 1/3 en 2/3. 9u-17u. Deze cursus helpt je meer bewust te worden van je capaci-

teiten. Je groeit naar meer autonomie en harmonie in jezelf. Je krijgt nieuwe levensenergie. **Thea Bombeek**, PRH-Vormingswerker. PRH vzw. CC De Werf. Molenstraat 51. 9300 AALST. 0476 359 964. thea.bombeek@prh.be - www.prh.be

**[W][AN] Op verhaal komen.** 21/2. 19u30-21u30. Stress, tegenstrijdige opvattingen, piekeren... Hoe kun je ermee omgaan of beter nog: hoe kun je dit voorkomen? **Geert Frateur**, PRH-Vormingswerker. PRH vzw. PRH-Vormingscentrum. Otto Veniusstraat 15. 2000 ANTWERPEN. 0474 460 484. geert.frateur@prh.be - www.prh.be

**[W][OV] Authentiek contact leren leggen.** 22/2. 19u30-21u30. Soms ervaren we onze ontmoetingen als niet helemaal 'echt'. Door onzekerheid, te hoge verwachtingen... Je krijgt een aanzet tot authentiek contact. **Jacqueline Hermans**, PRH-Vormingswerker. PRH vzw. CC Vrije Ateliers. Rodekruisstraat 25. 9100 SINT-NIKLAAS. 03 777 46 84. vrijee.ateliers@sint-niklaas.be - www.prh.be

**[W][BT] Als ik neen zeg voel ik me schuldig.** 24/2. 19u30-21u30. We zoeken in deze workshop naar de oorzaken van dit schuldgevoel en we leren beter omgaan met een vraag of een aanbod die op ons afkomt. **Jacqueline Hermans**, PRH-Vormingswerker. PRH vzw. Het Rivierenhuis. Ijsselstraat 3. 4535 GT TERNEUZEN. Nederland. +31 115 69 73 00. jacqueline.hermans@prh-nederland.nl - www.prh-nederland.nl

**[W][AN] Droom. Kies. Leef!** 25/2. 19u30-22u30. Waarvoor kies jij? Waar droom jij van? In deze workshop deel je jouw ervaring, gevoelens en vragen met andere jongeren van 18 tot 26 jaar. **Patrick Jossa**, PRH-Vormingswerker. PRH vzw. PRH-Vormingscentrum. Otto Veniusstraat 15. 2000 ANTWERPEN. 016 29 00 33. patrick.jossa@prh.be - www.prh.be

**[C][AN] Opvoeden met een positieve blik.** 1/3, 15/3 en 22/3. 19u-22u15. Wat heeft jouw kind nodig om zijn eigenheid te ontplooiën? De cursus maakt je steviger als opvoeder en tegelijk leer je zorg dragen voor jezelf. **Jos Van Gorp**, PRH-Vormingsmedewerker. PRH vzw. Bibliotheek. Kardinaal Mercierplein 6. 2500 LIER. 03 481 72 02. jos.vgorp@prh.be - www.prh.be

**[C][AN] Wie ben ik? De eigen persoonlijkheid, basis voor een krachtige dynamiek.** 5 tot 9/3. 9u-18u30. Deze cursus helpt je meer bewust te worden van je capaciteiten. Je groeit naar meer autonomie en harmonie in jezelf. Je krijgt nieuwe levensenergie. , PRH-Vormingswerker. PRH vzw. Hof Zevenbergen. Kasteeldreef 22. 2520 RANST. 03 226 53 25. info@prh.be - www.prh.be

**[C][WV] Mijn lichaam, toegang tot mijn innerlijke wereld.** 5 tot 9/3. 9u-18u30. Via lichaams-oefeningen en opdrachten in de natuur sta je stil bij wat in je leeft. Je leert het benoemen en analyseren. Je komt in contact met jezelf. **Marleen Devisch**, PRH-Vormingswerker. PRH vzw. Ter Loo. Torhoutsesteenweg 56. 8210 LOPPEM. 050 39 26 98. marleen.devisch@prh.be - www.prh.be



Ontplooi jezelf zoals je écht bent!

Met de PRH-vorming (cursussen, coaching,...)

- kom je in contact met je levenskracht
- leer je meer jezelf zijn in relaties

Je krijgt een bruikbare hand-leiding in je zoektocht naar meer kwaliteit in je leven.

[www.prh.be](http://www.prh.be)

**Reiki**



**[W][AN] Inwijding eerste graad.** 5 tot 6/3. 10u-17u. Reiki betekent letterlijk 'De kracht van de Kosmische ziel'. Reiki versterkt de verbinding met onze oorsprong. Het maakt ons bewuster van wie zijn... **Ronald van de Peppel**. De Kleine Bron. Brugstraat 17. 2000 ANTWERPEN. 03 225 02 27. info@dekleinebron.be - www.dekleinebron.be

**Relaxatie**

**[W][LI] Tao Relaxatie.** 14/2, 21/2, 28/2. 19u30-21u. Wil je bewust leven en ontspannen op het ritme van de seizoenen? Kom dan wekelijks mee bewegen en mediteren volgens de principes van Tao, Tai Chi, ... **Eliane Kunnen**, Tai Chi trainer. Bronkracht. CC Mozaïek. Oude Mersenhoven 2. 3720 KORTESSEM. 0494 360 250. eliane@bronkracht.be - www.bronkracht.be

**[W][LI] Tao Relaxatie.** 16/2, 23/2, 2/3. 19u-20u30. Wil je bewust leven en ontspannen op het ritme van de seizoenen? Kom dan wekelijks mee bewegen en mediteren volgens de principes van Tao, Tai Chi, ... **Eliane Kunnen**, Tai Chi trainer. Bronkracht. Atelier Bronkracht. Manestraat 41. 3540 HERK-DE-STAD. 0494 360 250. eliane@bronkracht.be - www.bronkracht.be

**Relaxatiereizen**

**[W][BT] Reiki 1-2 in de woestijn en aan de Rode Zee.** 1 tot 11/3. Zonnige 11-daagse natuurreis waarbij je reiki 1 en 2 kunt halen. Door de woestijn met kamelen en bedoeïenen! **Angie Barth, Bertha Grond**, organisator/gids, reiki-master. Feel-The-Desert. Zuid Sina. NUWEIBA. Egypte. 0031

gebruik van aardekracht en spontane beweging van het lichaam. **Shen Jin**. Buqi Institute Belgium. St Pietersinstituut. Meersstraat 131. 9000 GENT. 03 281 05 32. sofie@buqi.net - www.buqi.net

**Quantum Touch®**

**[W][VB] Quantum Touch: een aanwezige, ondersteunende aanraking!** 12 tot 13/2. 9u30-17u. Via ademhaling, bewustzijn, aanraking... je levensenergie bij jezelf en de andere opwekken en versterken, met behoud van je eigen energie/kracht! **Liesbeth Michiels**. Evolving Clarity. Kadol 6. 1851 GRIMBERGEN (HUMBEEK). 0495 228 344. info@evolvingclarity.be - www.evolvingclarity.be

**Randwetenschappen**

**[C][AN] Het leven zoals het is: Energetische Antropologie Zeberio.** 20/2. Vanuit levensvragen (wie ben ik? waar komen we vandaan? reïncarnatie?...) wordt telkens een hoofdstuk belicht uit de Energetische Antropologie Zeberio. **Anita Van Broeck**. De Walnoot vzw - Ruimte Voor Levenskunst. Hanendreef 135. 2930 BRAS-SCHAAT. 03 653 47 53. energetischeantropologie@dewalnoot.be - www.dewalnoot.be

**Reflexologie**

**[W][AN] Nationale ReflexologieDag.** 20/2. Thema: Voetreflexologie... en wat dan nog? Nationaal Verbond Der Belgische Reflexologen. 2900 SCHO-TEN. 0486 217 957. www.voetreflexologienationaal.be

**[W][WV] Oefenavond Voetreflexologie.** 4/3. 19u-22u. Een ideale gelegenheid om ervaringen en kennis uit te wisselen. Iedereen die ooit ergens een cursus voetreflexologie volgde is welkom! **Fernand Verschaeve**. De Natuurlijke Reflex. Hoogstraat 62. 8700 TIELT. 051 57 16 07. info@denatuurlijkereflex.be - www.denatuurlijkereflex.be

**[C][VB] Mijn levenskracht en wat ze belemmert.** 5 tot 9/3. 9u-18u30. Via verf, kleuren en vormen ontdek je wat je tegenhoudt om je levenskracht naar buiten te laten komen en hoe je hierin verandering kan brengen. **Jos Van Den Bergh**, PRH-Vormingswerker. PRH vzw. Oude Abdij Kortenberg. Abdijdreef 22. 3070 KORTENBERG. 016 29 37 96. jos.vdbergh@prh.be - www.prh.be

**Qigong**

**[C][OV] Chi Neng Qigong voor beginners.** Elke maandag. We richten de focus van buiten naar binnen en ervaren de stilte. Aan de hand van zachte bewegingen chi laten stromen. Cuyvers Tine. De Teunisbloem. Elyseese Velden 8. 9000 GENT. 0478 797 193. tinnecuyvers@gmail.com



**[W][OV] Meridiaan Chi Kung.** 27/2. 10u-13u. Opent het lichaam via het meridiaansysteem, bouwt interne kracht op en corrigeert je lichaamsstructuur. Het maakt je fit en vreugdevol. **Hilde Broeckhove**. Bewust Bewegen. Ruimte Resonans. Zuidstationstraat 20. 9000 GENT. 0497 469 219. hilde.broeckhove@gmail.com - www.bewustbewegen.be

**[C][BR] Taiji wuxigong, spontane beweging voor gezondheid en geluk.** 14/3. 20u15-21u30. Hervind lichaamsbesef, betere houding, ontspanning en algemeen welbevinden door gebruik van aardekracht en spontane beweging van het lichaam. **Shen Jin**. Buqi Institute Belgium. St Michielscollege. St Michielscollegestraat. 1150 ST-PIETERS-WOLUWE. 03 281 0532. sofie@buqi.net - www.buqi.net

**[C][OV] Taiji wuxigong, spontane beweging voor gezondheid en geluk.** 16/3. 20u15-21u30. Hervind lichaamsbesef, betere houding, ontspanning en algemeen welbevinden door

621 270 532. info@feel-the-desert.com - [www.feel-the-desert.com](http://www.feel-the-desert.com)

### Seksuologie

**[C][LI] Je seksualiteit als basis.** 24 tot 27/2. Met technieken als Emotioneel Lichaamswerk, Systemisch werk (familie-opstellingen), traumaheling en groepsdynamica ontdek je je ware echte intimiteit. **Arend van Rietschoten**, psycholoog. Kasteel De Schans. Kasteelstraat 18. 3680 OPOETEREN. 089 62 92 62. info@kasteeldeschans.com - [www.kasteeldeschans.com](http://www.kasteeldeschans.com)

### Shiatsu



[www.iss-shiatsu.eu](http://www.iss-shiatsu.eu)

**[C][AN] Info & demonstratie basiscursus Shiatsu.** 28/2. 9u-16u. In deze basiscursus leer je een praktische en volledige lichaamsbehandeling. Internationale Shiatsu School. Internationaal Oude Baan 104. 2390 Westmalle. 03 309 17 02. info@iss-shiatsu.eu - [www.iss-shiatsu.eu](http://www.iss-shiatsu.eu)

**[C][AN] Info & demonstratie basiscursus shiatsu.** 2/3. Internationale Shiatsu School. 'Mater Dei' Della Faillestraat 16. 2930 Brasschaat. 03 309 17 02. info@iss-shiatsu.eu - [www.iss-shiatsu.eu](http://www.iss-shiatsu.eu)

### Sjamanisme

[www.AnamCara.be](http://www.AnamCara.be)

**[W][OV] Soulcoaching.** 12/2 en 26/2. 14u-17u30. Door ons te verbinden met de natuurelementen, door naar onszelf en onze angsten te kijken en los te laten, komen we dicht bij de kern van

onze ziel. **Daan Van Den Hurk, Nadine Van Der Aa.** Equinox. Louis Van Houttestraat 31. 9050 GENTBRUGGE. 0476 670 424. [www.equinoxenergie.be](http://www.equinoxenergie.be)

**[W][AN] Imbolc-ritueel - verwelkom de nieuwe lente in jezelf.** 13/2. 13u-19u. Met Imbolc vieren we de terugkeer van de lente. Via klank & ritueel verwelkomen we zuivering, nieuw licht, vruchtbaarheid en wedergeboorte in onszelf. **Mieke Polfliet, Stefan Beckers.** Thuis In Jezelf. J.E. Claeslaan 1. 2560 NIJLEN. 03 366 46 16. info@thuisinjezelf.be - [www.thuisinjezelf.be](http://www.thuisinjezelf.be)

**[W][LI] Vrouwenzweethut.** 5 tot 6/3. De zweethut is een Indiaans reinigingsritueel waarin er een zuivering plaatsvindt op lichamelijke, emotioneel, rationeel en spiritueel niveau. **Zweethutteam,** Marina. Kasteel De Schans. Kasteelstraat 18. 3680 OPOETEREN. 089 62 92 62. info@kasteeldeschans.com - [www.kasteeldeschans.com](http://www.kasteeldeschans.com)

### Spiritualiteit



**[W][VB] Oneness Weekend.** 5 en 6/3. Gelegenheid te proeven van tal van spirituele workshops, gegeven door diverse workshopgevers. Oneness. Koningsteen. Oxdonkstraat 168. 1880 KAPPELLE-OP-DEN-BOS. 0477 5971 222. spiritueelwe@gmail.com - [www.oneness.be](http://www.oneness.be)



### T'ai-Chi-Chuan

**[C][AN] Taiji 37 vorm.** 19u15-20u15. Hervind lichaamsbesef, betere houding, ontspanning en algemeen welbevinden door gebruik van aardekracht en van vibratiekracht in het lichaam. **Shen Jin.** Buqi Institute Belgium. Koninklijk Atheneum Mortsel sportzaal boven. ingang via parking naast Molenlei 6. 2640 MORTSEL. 03 281 05 32. sofie@buqi.net - [www.buqi.net](http://www.buqi.net)

**[C][VB] Taiji zaterdagen met Shen Jin.** 19/2. 14u-18u. Taiji 37 vorm van Dr Shen Hongxun. Verbeter lichaamsbesef en -houding en de afvoer van afvalstoffen zodat je je gezonder, gelukkiger en lichter voelt. **Shen Jin,** docente. Buqi Institute Belgium. De Wijnpers. Mechelsevest 72. 3000 LEUVEN. 03 281 05 32. sofie@buqi.net - [www.buqi.net](http://www.buqi.net)

**[W][AN] Taiji Jin workshop.** 5 tot 7/3. 10u-17u. Leer om op een hoog niveau een sterke interne kracht vanuit de dantian te ontwikkelen. Met dr. Shen Hongxun die al meer dan 50 jaar taiji onderwijst. **Dr. Shen Hongxun.** Buqi Institute Belgium. Koninklijk Atheneum Mortsel. Hof Van Riethlaan. 2640 MORTSEL. 03 281 0532. sofie@buqi.net - [www.buqi.net](http://www.buqi.net)

zentangle® is een aangenaam ontspannende tekenmethode met een degelijke theoretische en filosofische basis. Het is een meditatieve kunstvorm die persoonlijke ontwikkeling en creativiteit stimuleert en bijdraagt tot het welzijn.

workshops zentangle® door Certified Zentangle Teacher

[WWW.PAPERARTSTUDIO.BE](http://WWW.PAPERARTSTUDIO.BE)

### Tachyon



### Tantra

**[W][WV] Tantra voor singles en koppels: je liefde vieren op Valentijn.** 13/2. 10u-18u. In een sfeervol kader vieren we de liefde voor onszelf en de ander. Genieten, verwennen, zachte aanwezigheid en streling van de zintuigen staan centraal. **Anna-Maria Mergaert.** Moritoenhuis. Lange Vesting 112. 8200 BRUGGE. 050 31 60 70 - 0474 414 440. annamariamergaert@gmail.com - [www.floweringlove.be](http://www.floweringlove.be)

**[W][WV] Tantra voor vrouwen.** 19/2 of 5/3. 10u-17u. Genieten van vrouw zijn, een innerlijke ontdekkingsreis. **Anna-Maria Mergaert.** Moritoenhuis. Lange Vesting 112. 8200 BRUGGE. 050 31 60 70 - 0474 414 440. annamariamergaert@gmail.com - [www.floweringlove.be](http://www.floweringlove.be)

### Tekenen & schilderen

**[W][AN] Zentangle®, een meditatieve kunstvorm.** 12/2. 13u30-16u30. Een tekenmethode met een degelijke theoretische en filosofische basis die persoonlijke ontwikkeling en groei stimuleert en bijdraagt tot het welzijn. **Jella Verelst,** Certified Zentangle Teacher. Paperartstudio. Kijkuitstraat 141. 2920 KALMTHOUT. 0477 642 163. info@paperartstudio.be - [www.paperartstudio.be](http://www.paperartstudio.be)

**[W][AN] Intuïtief schilderen.** 15/2. 14u-17u. Door het onzichtbare zichtbaar te maken, kom je in de mogelijkheid om je zelfbeeld bij te stellen. Je hebt geen schilderservaring nodig. **Marcella Gils, Ingrid-Catharina Antonissen.** Timotheus. Transforma. Rietlei 105. 2570 DUFFEL. 03 644 53 01. info@timotheus.org - [www.timotheus.be](http://www.timotheus.be)

### The Reconnection



Reconnectieve Healing  
The Reconnection  
[www.biebuyck.be/mieke/](http://www.biebuyck.be/mieke/)  
0498 622 921

### Vastenkuren en onthouding

**[C][WA] Vasten en wandelen op de Eau d'heure.** 19 tot 22/2. Vasten en wandelen (Water- & groentesap-vasten) op de Eau d'heure, leren over voeding en levend voedsel (in het Engels). **Mark Tucker,** Nutritional Coach. Lakes of l'Eau D'Heure. 6440 VERGNIES. 0497 921 911. info@vasten-en-wandelen.eu - [www.vasten-en-wandelen.eu](http://www.vasten-en-wandelen.eu)

### Vegetarisme

**[C][OV] Vegetarische babykooklessen.** 10/2, 17/2 en 24/2. 19u-21u30. Hoe bereid je evenwichtige voeding voor je baby en peuter? Wat moet er in zitten, wat beter niet? Variatie in verschillende maaltijden. Restaurant Avalon. GELDMUNT 32. 9000 GENT. 09 224 37 24.

### Verbeteren van gezichtsvermogen

**[W][WV] Je ogen en de computer.** 24/2. 19u-21u30. Tijdens deze avond leer je je ogen op een creatieve manier te gebruiken en toch met je aandacht bij je computerscherm te blijven. **Chris Van Biesen,** begeleider. Cultuurfabriek. Stationsstraat 22. 8340 SIJSELE. 050 36 04 32 - 0477 449 868. chrisvanbiesen@hotmail.com - [www.weetwiegebent.be](http://www.weetwiegebent.be)

### Vrouwelijkheid-mannelijkheid

**[C][AN] Godinnen Initiaties.** 10/2, 17/3, 28/4, 26/5 en 16/6. 19u30-22u15. Innig samen-

zijn & het Vrouwelijke koesteren. Genieten, spelen, helen, schoonheid herkennen, zachte aandacht, lichtvoetig sensueel, dragende kracht! **Mieke Michielsen.** Kristallen Poort. De Hulsten 48. 2980 ZOERSEL. 03 658 65 96. info@kristallenpoort.be - [www.kristallenpoort.be](http://www.kristallenpoort.be)

**[W][OV] Tao van de Vrouw.** 12/2 en 13/2. 9u30-17u. Een unieke praktijk om terug dicht bij jezelf te komen als vrouw. Via dans, yoga en Helende Tao-meditaties groeien en delen in een veilige omgeving. **Hilde Broeckhove, Dominique Respens.** Bewust Bewegen. Ruimte Resonans. Zuidstationstraat 20. 9000 GENT. 0497 469 219. hilde.broeckhove@gmail.com - [www.bewustbewegen.be](http://www.bewustbewegen.be)

**[W][OV] Tao van de Vrouw.** 20/2. 10u30-17u. Een vrouwenavond waarin je basismeditatie en oefeningen leert om meer kracht te ervaren in je buik en meer liefde in je hart! **Hilde Broeckhove.** Bewust Bewegen. Biobakker. 9000 GENT. 0497 46 92 19. hilde.broeckhove@gmail.com - [www.bewustbewegen.be](http://www.bewustbewegen.be)

### Wellness

**[W][BT] Divine Beauty verwenmiddag.** 12/2. 13u-17u. Een verwenmiddag voor vrouwen. Deze middag willen we iets delen dat ons als godinnen doet voelen. Bliz Events. Pim Jacobs Theater. Harmonieplein 4. 3603 BM MAARSEN. Nederland. 0031 05 888 4628. office@blizevents.com - [www.blizevents.com](http://www.blizevents.com)

### Yoga

**[C][VB] Shantiyogaflow.** Elke ma. (20u-21u en 21u-22u) en do. (19u30-20u30 en 21u-22u). Ontdek jouw kracht in 2011! Stel jezelf voor sterk in je lichaam en alert in je geest. **Chantal Pawelec.** 3010 KESSEL-LO (LEUVEN). 0473 934 803. [www.ShantiYogaFlow.be](http://www.ShantiYogaFlow.be)



lestraat 237. 8560 MOORSELE.  
056 21 32 02. info@souldance.  
be - www.souldance.be

**Souldance vzw**  
Centrum voor persoonlijke groei & gezondheid  
oudeid noer - workshops - groepspraktijk  
[www.souldance.be](http://www.souldance.be)

### Zang & stem

**[W][VB] Kinder yoga, crea puur-natuur of combinatie.** 10/2 tot 29/6. 13u30-17u15. We maken lekkere en originele puurnatuur kunstwerkjes. Op woensdagnamiddag, vanaf 6 jaar. Aansluiten kan altijd. **Leen Demeulenaere, Tinne Verstraeten.** Kreakatau vzw. Putstraat 4. 3060 KORBEEK-DIJLE. 016 47 06 49 - 0485 020 520. admin@kreakatau.be - [www.kreakatau.be](http://www.kreakatau.be)

**[C][AN] Yoga.** 28/2 of 2/3. 18u45-19u45. Yoga voor volwassen met als doel terug in contact te komen met jezelf. Jouw unieke IK, jouw prachtig lichaam, jouw gedachten,... gewoon ZIJN!(H)eerlijk. **Els Claessen.** Something Els. Meierend 4. 2470 RETIE. 0497 921 254. somethingels.claessen@googlemail.com - [www.somethingels-claessen.be](http://www.somethingels-claessen.be)

**[W][VB] Crea Yoga stage tijdens de Krokusvakantie voor kids.** 7 tot 10/3. 10u-16u. 'Beestige Boerderij' crea yoga stage in de Krokusvakantie (7-10 maart), met bezoek aan 3 boerderijen. Voor kids van 6-12 jaar. **Leen Demeulenaere.** Kreakatau vzw. Putstraat 4. 3060 KORBEEK-DIJLE. 016 47 06 49 - 0485 020 520. admin@kreakatau.be - [www.kreakatau.be](http://www.kreakatau.be)

**[W][WV] Kinderyoga.** 7 en 8/3. In de lessen kinderyoga wordt via meditatie, yogahoudingen, ademhalingsoefeningen en visualisaties gewerkt aan zowel lichamelijke als geestelijke ontspanning bij kinderen. Souldance vzw. Overhe-

**[W][WV] Ontdek de scheppingskracht van je stem.** 12/2. 10u-17u. Van harte welkom op deze intense workshop waar je de scheppingskracht van je stem leert herinneren. Geen voorkennis of andere ervaring vereist. **Steven Vrancken,** Muzikant. Juvenesco. Driellindenbaan 18. 1785 MERCHTEM. 0496 559 153. steven@lichtkunst.be - [www.pianoligconcert.be](http://www.pianoligconcert.be)

**[W][OV] Babyzang.** 12/2, 26/2, 12/3, 26/3 en 9/4. 14u30-15u30. De baby in je buik hoort je stem, voelt de trillingen ervan, herkent ze en wordt er rustig van. Voor mama en papa. Er is geen zangervaring vereist! **Katelijan Vanhoutte,** zangtherapeute. Cantavita. De Biotoop Kinderdagverblijf. Groot-Brittaniëlaan 74. 9000 GENT. 055 31 37 85 - 0476 383 051. katelijanvanhoutte@cantavita.be - [www.cantavita.be](http://www.cantavita.be)

**[C][OV] Klanken van troost.** 13/2. 10u-12u. Verlies verwerken via zingen van troostliederen, neuriën, vertellen, in een herdenkingsritueel in een geborgen sfeer. Geen zangervaring vereist! **Katelijan Vanhoutte,** zangtherapeute. Cantavita. De Bedding. Krommewal 2. 9000 GENT. 055 31 37 85 - 0476 383 051. debedding@telenet.be - [www.debedding.eu](http://www.debedding.eu)

**[W][OV] Zingen in volle aandacht.** 14/2, 28/2, 14/3, 28/3, 11/4, 25/4, 9/5 en 23/5. 14u-16u. Geen zangervaring nodig! Je boventonen ontdekken, Dhurpadzang, geborgenheid van wiegeliëderen, het speelse van je eigen klanken waarnemen in groep. **Katelijan Van-**

**houtte.** Vzw La Verna. Polari-  
teit. Verkortingsstraat 55. 9040  
GENT. 09 232 49 24 - 055 31  
37 85 - 0477 341 685. secreta-  
riaatlaverna@telenet.be - [www.laverna.be](http://www.laverna.be)

**[W][OV] Zingen in volle aandacht.** 14/2, 28/2, 14/3, 28/3, 11/4, 25/4, 9/5 en 23/5. 19u30-21u30. Geen zangervaring nodig! Je boventonen ontdekken, Dhurpadzang, geborgenheid van wiegeliëderen, het speelse van je eigen klanken waarnemen in groep. **Katelijan Vanhoutte.** Vzw La Verna. De Bedding. Krommewal 2. 9000 GENT. 09 232 49 24 - 055 31 37 85 - 0477 341 685. secreta-  
riaatlaverna@telenet.be - [www.laverna.be](http://www.laverna.be)

**[W][WV] Zingen in volle aandacht.** 17/2, 3/3, 17/3, 31/3, 14/4, 28/4, 12/5 en 26/5. 19u30-21u30. Geen zangervaring nodig! Je boventonen ontdekken, Dhurpadzang, geborgenheid van wiegeliëderen, het speelse van je eigen klanken waarnemen in groep. **Katelijan Vanhoutte.** Yoga Sukha. Stationstraat 62. 8700 TIELT. 0472 665 095 - 055 31 37 85 - 0477 341 685. vanessa@yogasukha.be - [www.yogasukha.be](http://www.yogasukha.be)

**[W][OV] Zingen in volle aandacht - Graag wat trager.** 18/2, 4/3. 9u30-11u30. Geen zangervaring nodig! Je boventonen ontdekken, Dhurpadzang, geborgenheid van wiegeliëderen, het speelse van je eigen klanken waarnemen in groep. **Katelijan Vanhoutte.** Vzw La Verna. Rode Rozen. Twee Dreven 30. 9840 DE PINTE. 09 232 49 24 - 055 31 37 85 - 0477 341 685. secreta-  
riaatlaverna@telenet.be - [www.laverna.be](http://www.laverna.be)

**[W][OV] Adem-stem sessies.** 20/2. 12u-17u. Onze stem en ademhaling getuigen op elk moment van hoe we in het leven staan. Door deze adem/stemoefeningen herstellen we de innerlijke harmonie. **Steven Cnudde.** Centrum Voelen. Sint-Annastraat 7. 9810 EKE-NAZARETH. 09 248 05 07. [www.centrumvoelen.be](http://www.centrumvoelen.be)



## HUUR EEN ZEILBOOT IN GRIEKENLAND met ervaren schipper voor een zonnevakantie

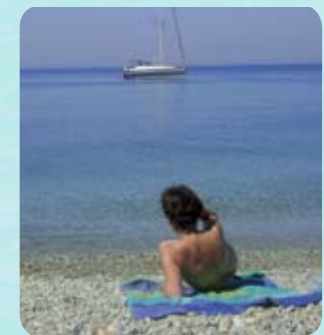
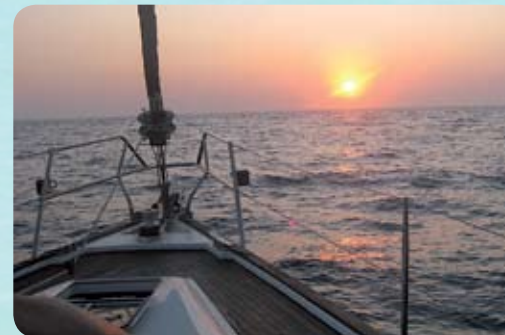
Voor een groep van 10 à 12 personen (familie, vrienden, collega's, verenigingen, scholen, e.d.) of een stage in persoonlijke ontwikkeling (Biodanza, sofrologie, yoga, meditatie, tantra, NLP, zwemmen met dolfijnen,...).

**Speciale voorwaarden voor therapeuten en animators!**

[www.oceanclub.be](http://www.oceanclub.be)

Christian ANNET (schipper)

gsm 0478 469 233



# CHANGE Think+

168 pagina's positief nieuws!

NU  
TE KOOP  
€4,95



“LET'S THINK POSITIVE  
CHANGE THE WORD!”

Post jouw  
positieve  
verhaal!  
Waarvoor kom jij ermee in CHANGE Think+

[www.changethinkpositive.be](http://www.changethinkpositive.be)

handleiding

## Agenda Plus - een korte handleiding



### Activiteiten

Organisatoren van activiteiten kunnen tot 4 activiteiten per maand aankondigen. Alle activiteiten worden **gratis** op de website gepubliceerd. In de mate van het mogelijke verschijnen ze ook in de papieren versie. Voorrang wordt gegeven aan organisatoren die een publicatiegarantie betalen. Je kan deze aanvragen via het formulier op [www.agendaplus.be/publicatiegarantie](http://www.agendaplus.be/publicatiegarantie).

### Hoe activiteiten ingeven?

Je kan zelf je activiteiten rechtstreeks ingeven via [www.agendaplus.be](http://www.agendaplus.be)

- Ga naar het tabblad Professioneel.
- Maak een account aan. Je zal een e-mail ontvangen met een link om deze te activeren.
- Nadien kan je inloggen en onmiddellijk je activiteit(en) ingeven bij *Mijn activiteiten* onder het tabblad *Professioneel*.

### Wanneer activiteiten doorgeven en voor welke periode?

Alle activiteiten in Agenda Plus lopen steeds **van de 10de van de maand van verschijning tot de 9de van de maand erop** en zijn bedoeld voor groepen. Activiteiten kan je doorgegeven tot uiterlijk de 10de van de maand die voorafgaat aan de activiteit. Concreet, voor het volgende nummer geef je activiteiten door vóór 10 februari en loopt de activiteitenagenda van 10 maart tot 9 april. Agenda Plus verschijnt niet in augustus en januari.

### Van dag tot dag en de rubrieksagenda

Voordrachten, opendeurdagen, tentoonstellingen en evenementen worden in de agenda 'Van dag tot dag' gepubliceerd en staan per provincie. Cursussen, workshops en opleidingen komen in de 'agenda' en staan per rubriek.

### Extra opties

Om je activiteit er te laten uitspringen, kan je bijbetalen voor een achtergrondkleur. Wens je een activiteit **op voorhand aan te kondigen**, dan kan je een zoekertje plaatsen van het type Cursus/Opleiding.

### Zoekertjes

Heb je een ruimte te huur, zoek je personeel of wens je iets op een efficiënte en goedkope manier aan te kondigen? Plaats een zoekertje in Agenda Plus, je zal merken dat het werkt. Via het formulier op [www.agendaplus.be/zoekertjes](http://www.agendaplus.be/zoekertjes) kan je de aankondiging rechtstreeks ingeven of je kan gebruikmaken van het invulformulier op pagina 60.

### Advertenties

Heb je een product dat goed is voor mens en milieu of wil je iets aanbieden met een duidelijk 'Plusgehalte'? Plaats een advertentie in Agenda Plus en bereik duizenden lezers in heel Vlaanderen en Brussel (en indien gewenst, ook in Wallonië). Onze publiciteitsverantwoordelijken Linda en Patrick staan je graag met raad en daad bij om tot een optimale samenwerking te komen.

Linda is bereikbaar via [linda@agendaplus.be](mailto:linda@agendaplus.be) of telefonisch op 0473 923 466.

Patrick is bereikbaar via [patrick@agendaplus.be](mailto:patrick@agendaplus.be) of telefonisch op 0474 997 085.

Je kan hen geheel vrijblijvend contacteren als je concrete interesse hebt om te adverteren.

Onze tarieven en de afmetingen van advertenties staan op [www.agendaplus.be/adverteren](http://www.agendaplus.be/adverteren)

Alle activiteiten, artikels en meer vind je op

[www.agendaplus.be](http://www.agendaplus.be)

[Albert Einstein]

## Artificieel leven geschapen

Amerikaanse wetenschappers hebben in een laboratorium artificieel leven kunnen schep-  
pen. Craig Venter en Daniel Gibson presen-  
teerden onlangs in het magazine Science de  
stapsgewijze manier waarop ze vertrekkend  
van nul een bacterie bouwden. Ze begonnen  
met een postorderaankoop bij een Duits bio-  
techbedrijf, waar ze ruim duizend fragmenten  
van elk 1.080 DNA-letters lang bestelden. In  
de juiste volgorde na elkaar gelegd moesten  
die het genoom (de erfelijke blauwdruk) van  
de bacterie *Mycoplasma mycoides* vormen.  
De fragmenten koppelden ze vervolgens  
met zelfbedachte technieken aan elkaar tot  
stroken van tienduizend, vervolgens hon-  
derdduizend en uiteindelijk een miljoen  
letters. Het resultaat was een kunstmatig  
genoom, dat ze met de mantel van een  
andere bacteriesoort, *Mycobacterium capri-  
colum*, omhulden. Op een petriplaat groeide  
het resulterende cre-  
atuur uit tot een  
bacteriekolonie  
met mycoides-  
kenmerken en  
zonder capricolum-kenmerken, die  
volop mycoides-eiwitten aanmaakte.  
[Bron: Het Nieuwsblad]

## Pentagon vreest ketting- reactie na ruimtebotsing

De ruimte raakt zodanig vervuild met afval  
dat elke botsing tussen satellieten een  
'oncontroleerbare kettingreactie' in gang kan  
zetten, die de communicatienetwerken op  
aarde vernietigt. Dat zegt het Pentagon in  
een rapport. Het wordt zo langzamerhand  
aanschuiven in de baan om de aarde, waar  
het aantal gedumpte raketten, kapotte satel-  
lieten en ander ruimteschroot steeds groter  
wordt. De hoeveelheid rommel komt op een  
'kantelmoment' en vormt een bedreiging  
voor de ruimtevaartindustrie. Eén enkele  
botsing tussen twee satellieten of grote stuk-  
ken 'ruimterommel' kan duizenden andere  
stukken afgedankt materiaal doen wegkaatsen,  
die op hun beurt weer andere satel-  
lieten vernietigen. In zo'n scenario worden

gps-systemen, internationale telefoonver-  
bindingen en weersvoorspellingen in één  
klap waardeloos. Een dergelijke kettingre-  
actie kan sommige banen zo volstouwen  
met rommel dat ze onbruikbaar worden  
voor commerciële of militaire satellieten,  
zo waarschuwt het Amerikaanse Ministerie  
van Defensie. Daarnaast vreest men ook dat  
grote brokstukken een bedreiging vormen  
voor het internationaal ruimtestation ISS en  
zijn bemanning. Bharath Gopalaswamy, een  
Indische ruimtevaartexpert, schat dat er in  
de 'lage baan' om de aarde - tussen de 800  
en 1.000 km boven de planeet - meer  
dan 370.000 stukken rommel en zo'n  
1.100 satellieten bevinden. [Bron:  
*Het Laatste Nieuws*]

## We eten een halve kilo insecten per jaar

Volgens een Nederlandse insectenspecialist  
eten we, zonder dat we dat weten, zo'n 500  
gram insecten per jaar. 'Het vlees in toma-  
tensoep zit heus niet alleen in de balletjes',  
zegt Marcel Dicke, entomoloog aan de uni-  
versiteit van het Nederlandse Wageningen.  
'In 100 gram pindakaas zitten gemiddeld 30  
onderdelen van insecten, in chocolade 60.'  
Niemand die in de gaten heeft dat hij nu en  
dan insecten tot zich neemt. Bij het Federaal  
Voedselagentschap weet men dat dierlijke  
eiwitten in voedingswaren wel eens fijnges-  
tampte insecten zijn. Volgens Dicke zullen  
we meer insecten moeten eten, want de  
vleesproductie in de wereld kan nooit vol-  
doende groot zijn om iedereen van dierlijke  
eiwitten te voorzien.

## Vaccin tegen dronkenschap?

Chileense onderzoekers werken aan een vac-  
cin dat drinkebroers al na één glas met een  
kater opzadelt. Hun prik heeft het gemunt  
op aldehyde-dehydrogenase, een stofwis-  
selingsenzym dat mensen giftige stoffen uit  
alcoholische dranken helpt te verteren en  
bepaalt hoe goed ze een paar glazen drank  
verdragen. Mensen die het enzym van nature  
niet aanmaken, zoals één op de vijf Aziaten,  
worden al snel misselijk en tipsy van drank,  
zelfs na één enkel glas. Het in ontwikkeling  
zijnde vaccin is bedoeld om hetzelfde effect  
uit te lokken bij mensen die de enzymen wel  
hebben, maar niet van de fles kunnen aflij-  
ven. Bij proefdieren blijkt het vaccin alvast te  
werken. Alcoholverslaafde muizen en ratten  
gingen na vaccinatie de helft minder drin-  
ken... [Bron: *De Standaard*]

## Ook vissen voelen pijn

Vissen die aan de hengel belanden, voelen  
pijn en blijven zich die pijn herinneren.  
Dat blijkt uit een studie door Noorse en  
Amerikaanse wetenschappers. Tijdens het  
onderzoek werden goudvissen blootge-  
steld aan een pijnlijke hitte. Ze kregen  
een miniatuurjasje aan met een klein,  
flexibel verwarmingselement, zoals dat in  
de ruimtevaartindustrie wordt gebruikt om  
elektrische draden droog te houden. Op  
voorhand gaven ze aan de helft van de  
vissen de pijnstillers morfine, aan de andere  
helft niet. Uit de test bleek dat bij 38  
°C de vissen die geen pijnstillers hadden  
gekregen, tekenen vertoonden van angst  
en verwarring. De vissen hadden dus een  
schrikwekkende ervaring meegemaakt en  
konden zich dat herinneren. De onderzoe-  
kers hopen dat ze met dit onderzoek vissers  
doen nadenken over hun vistechnieken.  
Volgens Andrew Tyler, directeur van een  
Britse organisatie voor dieren, is vissen  
een barbaarse sport. Hij zegt  
dat de vissport  
gruwe-  
lijk is en  
dat het  
verboden  
zou moeten zijn.  
De bevindingen werden  
gepu-  
bliceerd in het blad *Applied  
Animal Behaviour Science*.  
[Bron: *Knack*]

## Babymassage creëert hechte band tussen moeder en baby

Massage blijkt een positief effect te hebben  
op het kind en de band met zijn moeder.  
Dat ontdekte Neanke Van Antwerpen, mas-  
ter psychologie aan de Ugent en ondertus-  
sen werkzaam als kinderpsychologe. De  
precieze effecten van babymassage waren  
nooit eerder wetenschappelijk onderzocht.  
Naast een hechtere band met zijn moeder,  
krijgt de kleine spruit via een massage ook  
de geruststelling dat hij niet alleen is en een  
bevestiging van zijn eigen bestaan en eigen-  
waarde. Dat met een eenvoudige massage  
op zo een korte tijd dergelijke resultaten  
geboekt kunnen worden, is zonder meer  
opmerkelijk. [Bron: *Knack*]

## Duits meisje heeft maar één hersenhelft

Een Duits 10-jarig meisje heeft maar een  
hersenhelft. Het kind gaat gewoon naar  
school en leidt een normaal leven. Pas toen  
het meisje 3 jaar was, werd ontdekt dat ze  
slecht één hersenhelft had. Haar ouders  
brachten haar naar de dokter omdat ze  
last had van spiertrekkingen. Uit een her-  
senscan bleek dat ze één hersenhelft heeft.  
De andere kant van haar schedel is leeg.  
Het meisje kan verder alles wat andere  
kinderen doen. Uit onderzoek blijkt dat er  
waarschijnlijk een 'uitgebreide reorganisatie'  
in de hersenen heeft plaatsgevonden,  
waardoor alle functies nu in de ene hersen-  
helft plaatsvinden. [Bron: *www.depers.nl*]

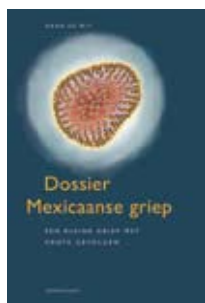


Luc Bonneux in Dossier Mexicaanse griep [zie hieronder]

## Elfde gebod

### Nicky Langley

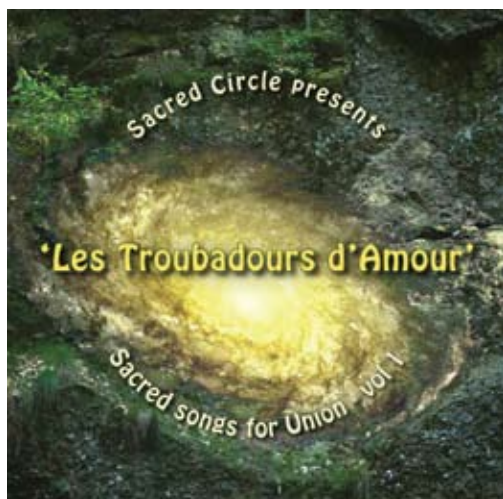
'Gij zult in mirakels geloven' is het elfde gebod. Nicky Langley raakte geïntrigeerd door mystieke plekken in Vlaanderen en trekt op onderzoek uit. Zo praat ze met de nabestaanden van Heilig Hermanneke Wijns en brengt ze een bezoek aan Heilig Trientje van Stabroek. Stuk voor stuk boeiende gesprekken en merkwaardige ontdekkingen. Met uitscheurbare gebedsprentjes van de bezochte locaties. [Davidsfonds]



## Les troubadours d'amour

### Sacred Circle

Op zachte harmonische tonen van akoustische instrumenten weven stem en boventoonzang een eenheidsgevoel over verschillende culturen heen. Tegelijk nodigen les troubadours d'amour je uit om méé te zingen voor die eenheid in jezelf, en om je heen. Zo willen ze kringen van mensen maken, uitdeinend in verbinding met eenheid. Alle info: [www.sacredcircle.be](http://www.sacredcircle.be)



## Dossier Mexicaanse griep

### Daan de Wit

In februari 2009 krijgt een vijfjarig jongetje in Mexico pijn in zijn keel. Anderhalf jaar later worden alleen al in Europa meer dan honderd miljoen griepvaccins vernietigd. Overheden hebben enorme verliezen geleden – de farmaceutische industrie maakte een miljardenwinst. Wat is er gebeurd? Zijn we door het oog van de naald gekropen of is er schaamteloos misbruik gemaakt van de angst voor een dodelijk griepvirus? Door een definitieverandering kon een milde griep uitgeroepen worden tot pandemie, werden vaccins op de markt gebracht die nog niet of nauwelijks waren getest en werd de vaccinatie van de wereldbevolking één groot experiment. Langzaam worden de gevolgen zichtbaar. En die stemmen niet vrolijk. Onderzoeksjournalist Daan de Wit duikt in het ondoorzichtige web van gezondheidsraden, overheden, corrupte adviseurs en een machtige industrie. [214 p. - Lemniscaat]





7.000 m<sup>2</sup> • ~140 standen  
INTERNATIONALE EDITIE

ECO



THERAPEUTICA

De Meest Complete Alternatieve  
Gezondheids- & Wellnessbeurs van België

Za 26 & Zo 27 februari '11 - 10h.<sup>00</sup> - 18h.<sup>30</sup>

BRABANTHAL LEUVEN

Brabantlaan 1, B-3001 Heverlee

**SPECIAL GUEST**  
ON SATURDAY

ROY MARTINA



**KERUNA** SPECIAL PERFORMANCE  
ON SUNDAY

Vrouwenklanken voor de ziel



**TRADITIONELE OOSTERSE  
ALTERNATIEVE WESTERSE  
GENEESWIJZEN, THERAPIËN  
& LEVENSFILOSOFIEËN**

GRATIS 70 voordrachten & demonstraties  
Eerste 500 bezoekers GRATIS pakje wierook  
GRATIS Relaxatie concerten door "Druide"  
Aparte afdeling over 'het paranormale'  
GRATIS 'Reiki' kennismakings sessies!  
GRATIS 'Shiatsu' kennismakingsmassages

Agenda [www.eco-therapeutica.be](http://www.eco-therapeutica.be) | 015 230 200

Kassa: € 10,00 | Online voorverkoop: € 9,00 | Kinderen: -14j gratis  
Vraag de kortingsbon aan uw handelaar of vereniging

Voetreflexologie  
Scholen & opleidingen  
Reiki & Yoga  
Voedingssupplementen  
Natuurvoeding  
Vakliteratuur  
Bloesemtherapie  
Edelstenen  
Chakrathherapie  
Bio-Resonantie  
Aromatherapie  
Acupressuur & Hypnose  
Magnetisme  
Massage  
Aurafotografie  
Lichttherapie  
Homeopathie  
Feng shui,...

## AGENDA PLUS KORTINGSBON

€ 2,00 korting i.p.v. € 1,00 korting  
speciaal voor de lezers van Agenda Plus  
Enkel bij afgifte van deze kortingsbon  
niet-cumuleerbaar met andere aanbiedingen





## Breng je emoties in een natuurlijke balans met de originele Bach® Flower Remedies

### Sinds 70 jaar gebruikt in meer dan 66 landen

Wanneer lichaam, ziel en geest in perfecte harmonie zijn, dan voel je je gezond. Dat ontdekte Edward Bach, een Engelse dokter gespecialiseerd in homeopathie, bacteriologie en immunologie. Zijn hele leven zocht hij naar natuurlijke remedies tegen negatieve emoties die aan de basis liggen van psychische en fysieke klachten en problemen. Daartoe ontwikkelde hij de 38 Bach Flower Remedies. Die kunnen puur of gemengd worden aangewend (max. 7 bloesems tegelijkertijd). Ze helpen de negatieve emoties te bestrijden en zo ons natuurlijk evenwicht terug te vinden. Naast deze 38 specifieke bloesemremedies ontwikkelde dokter Bach ook een soort algemene Eerste Hulpremedie bij plotse noodsituaties: Rescue®. Rescue is samengesteld uit vijf krachtige bloemenremedies: Rock Rose (Zonneroosje), Impatiens (Reuzenbalsemien), Clematis (Bosrank), Star of Bethlehem (Vogelmelk) en Cherry Plum (Kerspruim). Rescue bestaat in spray, druppels, pastilles (alcoholvrij), gel en crème.

### Uw garantie

Veel ondernemingen produceren bloemenremedies en verwijzen daarbij naar dokter Bach. Uitsluitend de flesjes die de handtekening van dokter Bach dragen, zijn samengesteld op basis van de originele tincturen van het Dr. Bach Centre op Mount Vernon in Engeland. Daarbij wordt streng gewaakt over de kwaliteit en naleving van de voorschriften van dokter Bach. De 38 originele Bach Flower Remedies en Rescue zijn verkrijgbaar bij de apotheker en de betere natuurwinkel. Vraag ernaar en laat u adviseren!

### Voor meer informatie

De Walnoot vzw  
Vlaams Advies- en Opleidingscentrum  
Hanendreef 135, B-2930 Brasschaat  
Tel: 03/653.47.53  
E-mail: [bachbloemen@dewalnoot.be](mailto:bachbloemen@dewalnoot.be)  
Website: [www.dewalnoot.be](http://www.dewalnoot.be)



Wereldwijd worden onder toezicht van de Dr Edward Bach-Foundation officieel gecertificeerde opleidingen verzorgd. Na deelname aan niveau 1 en 2 en na afronding van de consulenten-opleiding niveau 3 kunt u worden ingeschreven in het Internationale Register Van de Dr Edward Bach Foundation en werkt u volgens de gedragscode van het Dr. Bach Centre, die door Dr Edward Bach zelf opgericht is. Wederom een garantie voor echtheid, kwaliteit en professionaliteit.

[www.bachrescue.be](http://www.bachrescue.be)