

Wise Playful Woman

Retreat

15-22 februari 2020

Praktische gegevens:

Organisatie: Veerle Phara

Bedrag: € 1060,-/p voor de eerste 10 vrouwen, daarna € 1120,-/p

Inhoud: zie verder in de flyer

Inbegrepen:

- * vorming & alle materiaal
- * begeleiding: Veerle Phara, Helena Vanden Bergh en Betty Jeuris
- * maaltijden van diner maandag 15/2 tem lunch zondag 21/2

Niet inbegrepen:

- * vervoer, vliegtickets, persoonlijke verzekering
- * huur lakens en handdoekpakket (€15,-)
- * eventuele extra's of andere uitgaven zoals sauna/massages/shiatsu

Info en inschrijving:

info@wiseplayfulwoman.org

+32(0)473.879410 (Veerle)

www.wiseplayfulwoman.org

Locatie: Temple of the Earth, Aljezur Portugal

www.templeoftheearth.org

@v.u. Veerle Declercq – Creative2Energy vzw - niets uit deze brochure mag worden overgenomen zonder voorafgaande toestemming

Embodiment Experience Sexfulness



She Is what She Is, She Is All that Is, She always Was,
She Is Now, and She always Will Be

Wise Playful Woman

Deze retreat richt zich tot alle vrouwen die

- Ja! tegen het Leven zeggen. Ja! zeggen aan het verlangen om jouw wijze vrouwelijke (oer)kracht te leven!
- Bereid te zijn dieper in zichzelf te duiken, laagjes af te pellen en hun unieke medicijn te herontdekken, te (h)erkennen en te herinneren.
- De volheid van hun seksualiteit, los van alle trauma's en angsten, willen vieren.
- Alle elementen in en rondom zichzelf terug in balans brengen.
- De weg van het open hart bewandelen.
- Zichzelf de ruimte geven om in vrijheid te leven.
- Voorbij woorden, schaamte en angst te willen verbinden met het lichaam (embodiment) en terug creatieve, speelse, vurige en scheppende kracht aanwakkeren.

Welkom suster!

Om los te komen van geconditioneerde waarden en normen. Om niet langer in afgescheidenheid te leven. Wat je ook in je rugzak meedraagt, je kan belemmerende angsten, trauma's en schaduwkanten omarmen en geboorte geven aan de wijze speelse vrouw. Het pad naar eenheid (met al wat er leeft) in jezelf, een leven in passie en waarachtigheid, ligt open en wacht op jouw bewustzijn.

Laat ons samen de dans en het spel van jouw leven creëren, beleven, eren, (h)erkennen. Laat ons in cirkel elkaar zien, eren, zegenen en steunen als prachtige, authentieke en scheppende vrouwen.

Het is tijd om vol energie door het leven te gaan!

Wat deze retreat Wise Playful Woman je brengt:

- Het openen van de weg naar transformatie van vrouwelijk bewustzijn doorheen cirkels, rituelen, ceremonies, meditaties, initiaties en creatieve energie.
- Praktische, concrete sleutels, tools en oefeningen die je kan gebruiken voor jezelf én in verbinding met andere vrouwen.
- Met andere ogen en compassie je (belemmerende) patronen, angsten, schaduwkanten en overtuigingen te omharten en te helen, je ware Vrouw-Zijn (weer) te herontdekken.
- Je lichaam verbinden met de energie van de natuur en zo jouw scheppende, vurige seksuele kracht en jouw passie voor het leven vrijer laten stromen.

Deze retreat is het resultaat van een lang en intens groei- en helingsproces, als dochters, als vrouwen, als moeders, als wijze vrouwen, als priesteressen.

Veerle Phara: zweethut en medicijnvrouw, creatief & sjamanistisch coach, & healer, earth & fire keeper. Veerle Phara verdiept zich al een leven lang in rituelen, ceremonies en inwijdingen wereldwijd. Ze is de auteur van het boek Wise Playful Woman. www.wiseplayfulwoman.org

Helena Vanden Bergh: lichaamsgericht seksuologisch begeleider www.helenavandenbergh.com

Betty Jeuris: Facilitator in bodywork- floorwork-cirkelwork www.bodywise.be

Data en inhoud

(kan licht wijzigen afh. van wat er in het moment/groep nodig is)

Dag 1: maandagavond 15 februari (start 18.00u)

Landen en thuiskomen op dit schitterend domein in Portugal, te midden van de natuur en de warmte van de lente hier in het zuiden, zullen we ons een week lang verbinden met de aarde, de oceaan, grootmoeder vuur, de zuivere lucht en de speelse wind

- We starten de week met het avondeten om 18u.
- Openingscirkel
- Afspraken, bescherming en hoedsterschap

Dag 2: dinsdag 16 februari

Gronding en aarding olv Veerle Phara

- Ochtendyoga
- Zweethutceremonie. Thuiskomen in onszelf en in de groep. Uitzweten van al wat we mogen vrijgeven aan de aarde. Openen voor de balans tussen alle elementen in en rondom ons.

Dag 3: woensdag 17 februari

Sexfullness in de vrije natuur olv Helena

- Ochtendyoga
- Onze innerlijke seksualiteit proeven, vol en vrij. One with nature.
- Vijf elementen massage

Dag 4: donderdag 18 februari

Verwelkomen en Aanwakkeren van het vrouwelijk vuur olv Betty

- Ochtendyoga
- Embodied Conversation & Playfight
- Blaming circle: De ander als spiegel.

Dag 5: vrijdag 19 februari

Bevrijden van je innerlijke stem en waarheid olv Veerle Phara, Helena, Betty

- Ochtendyoga
- Ritueel van de vleugels spreiden

Dag 6: zaterdag 20 februari

Shape Shiften: Van MoederZiek naar MoederZiel

- Ochtendyoga
- Spelen rond je nieuwe vorm: jouw ware initiatie
- Zeven ritmes: dans je vrij!

Dag 7: zondag 21 februari

Zwerven in je vrouwelijkheid

- Vrije voormiddag
- Integratie
- Eindcirkel in expressie

Concrete werkmethodes

- Praktische tools, sleutels en oefeningen
- Dans, beweging, yoga
- Rituelen, ceremonies en initiaties
- Technieken om jezelf te beschermen en in je kracht te (blijven) staan
- De Natuur