



Savita

De Savita Nieuwsbrief

Verschijnt meestal maandelijks
Nummer 70 – April 2017

Leven in Savita

door: Elisabeth Ravensteijn

Het is duidelijk dat de nieuwe, tweede fase van de opbouw van Savita is ingeluid. We zijn natuurlijk ook nog de wonden aan het likken van de onverwachte en plotselinge ommekeer, maar het is ondertussen ook duidelijk dat er een Nieuwe Energie voelbaar is, het beste te vergelijken met de Nul Punt energie. Een Nieuwe Ruimte waarin alles mogelijk is, omdat het draagvlak tegelijkertijd ook voelbaar is. Het is ook duidelijk dat we het contact met dit draagvlak samen gecreëerd hebben, in de afgelopen drie jaar. Via het Licht, de Warmte, de Diepgang en de Humor. Door met elkaar het dagelijks leven te leven, hier in Savita. Het is tegelijkertijd ook duidelijk voelbaar dat er een sterk ondersteunende stroom aanwezig is tussen Nederland en Savita. Dank allemaal voor jullie steun en vertrouwen!

In Goede en in Slechte tijden. We maakten een tegenslag mee toen we ontdekten dat we (zoals wel telefonisch toegezegd was), geen ANBI goedgekeurde instelling waren.

De vereniging die in een EU land gevestigd moest zijn, bleek een *Nederlandse* vereniging te moeten zijn. En wij hebben een Duitse vereniging opgezet. 10 belastingambtenaren en ik hadden dit niet begrepen! De meeste schenkers zijn ervan op de hoogte gebracht dat er geen toeslag van de Belastingen verkregen kan worden. (Als jij schenker bent en geen brief hierover hebt ontvangen, stuur dan even een mailtje).

Uit de meeste antwoorden bleek de reactie te zijn: een gift is een gift! Zo hartverwarmend. Dank hier voor! En met een aantal mensen is er ook een hartverwarmende regeling getroffen!

En nu we het toch over het geld hebben: zowel de Snelle als de Grote Savita Aktie lopen nog steeds door! Nog even ter herinnering: de Grote Savita Aktie: als 700 mensen 1000 euro schenken is het gebouw van ons allemaal! Je kunt dit ook in termijnen betalen: 5 jaar, 200 euro per jaar.

De Snelle Savita Aktie: Als je Savita wilt helpen (of iemand kent die dit zou willen) en je je financiële bezit liever aan Savita uitleent dan aan een bank, stuur ons een mailtje! De eerste focus ligt nog steeds op het verlagen van de 7% rentelast die we iedere maand weer moeten betalen!

De Savita Vijfdaagse was een groot onverwacht succes!! De sleutel van de eenvoud gaf iedere samenkomst, door de loop der dagen, een prachtige diepgang, waardoor iedere aanwezige geraakt werd op een intense wijze. Je kan ook zeggen: geraakt in innerlijke wijsheid.

Het was heel steunend voor ons, het was onze eerste stap naar buiten, dat er zoveel enthousiasme was voor dit initiatief. Een ware co-creatie! Onze hartelijke dank gaat uit naar de aanwezigen.

En dit initiatief krijgt een vervolg:

Van 12 tot 17 augustus vind er weer een Savita Intensief plaats.

Een nieuwe naam voor een nieuw initiatief.

Een uitnodiging aan je Zelf; een Samen-Zijn in Savita.

Kijk, als je er meer over wilt lezen verder in deze Nieuwsbrief.

Naast de Savita-weken, nu ook 4 x per jaar: Savita Intensief.

En dit naast de wandelweken en Savita Creatief.

Tenslotte onze dank aan alle mensen die gereageerd hebben op de brief met de vraag voor praktische ondersteuning in deze nieuwe fase van Savita. Er is wat beweging gaande op dit gebied, maar onze vraag naar 1 of 2 inwonende koks is nog helemaal aanwezig. Dus: als jij kok bent en er wat voor voelt, of je kent een kok.....stuur een mailtje! In de komende maanden zal er wel meer duidelijk gaan worden. Zoals we allemaal wel weten, het gaat in ieder geval niet in het tempo zoals we dat zelf graag zouden willen, maar het geduld en het vertrouwen willen kennelijk graag nog even de aandacht en integriteit en authenticiteit hebben tijd nodig. Samen met deze 4 ingrediënten is het geestelijk voedsel net zo verfijnd als de avondmaaltijden in Savita!

Gevonden via Google: een samenvatting van de gayatri mantra:

*We meditate upon self-luminous radiance of the divine entity called **Savita**, which inspires our life activities, and intellect.*

GEVRAAGD SAVITA-KOK

We zoeken iemand
die het leuk zou vinden
om in Savita te koken,
iemand met ervaring in de vegetarische keuken.

Wat we bieden:

geen geld,
maar een omgeving met prachtige natuur
en een bijzondere, inspirerende sfeer
die we samen opbouwen.

Meer info: neem contact op met Elisabeth:
centrumsavita@gmail.com



Jonge aardbeiplantjes in de kleine tunnel

Savita heeft een boomgaard!

door: Rob Jansen

Eind maart zijn er 10 fruitbomen geplant op de helling achter de vuurplek. Deze zijn liefdevol gedoneerd door Bruno, onze tijdelijke kok/tuinman/wereld-reiziger. De bomen zijn afkomstig van biologisch-dynamische boomkwekerij de Vrolijke Noot in Wapserveen. Het was een hele klus om 10 flinke gaten in de steenrijke grond te maken, maar het is gelukt, en met een flink stuk kippengaas eromheen tegen vraat van de reetjes die veel op de helling te vinden zijn (gezien de vele keutels), hopen we dat ze goed aan zullen slaan en dit jaar nog wat oogst zullen geven. Het zijn drie pruimen, drie appels, twee peren en twee kersen.

Verder hebben we van Henk Linde, die zelf een prachtige tuin heeft bij Leusden (de Glinstertuin: siertuin, moestuin en zelfpluktuin) een groot aantal vaste planten en bessenstruiken gehad. Op de moestuin gaan we daarmee een stuk siertuin met bessen creëren.

Op de tuin zelf staan peultjes en doperwtjes (die binnen voorgetrokken waren) nu ca. 10 cm hoog. Ze hebben de sneeuw van afgelopen donderdagnacht goed doorstaan.

De aardbeien die meegebracht waren door Emmy en die we vorig jaar uitgezet hebben, ca. 200 stuks, staan er goed bij. Ze hebben wat mest en kali gehad. De knoflook die we er tussen gezet hebben komt goed op en is nu ca. 15 cm hoog.

Naast de aardbeien een paar rijtjes veldsla gezaaid. Kijken of dat goed gaat met de nog te verwachten vorst.

De vijver is afgemaakt en ziet er mooi uit. Wat waterplanten en moerasplanten erin gezet, staat leuk. Er zitten drie verschillende soorten salamanders in waarvan ik de naam niet weet: groene, blauwe en bruine. En er zit heel veel kikkerdril in, de zwarte ca 1 cm lange beestjes die nu uit moeten groeien tot dikkopjes vallen naar de bodem. Door het koude weer en vooral de koude nachten zit er niet veel leven in. Het water is in de ochtend ca 5 graden dus dat werkt niet mee om eens lekker in beweging te komen.

In de kas komen de radijsjes, raapsteeltjes, spinazie en bietjes goed op. Worteltjes met uien zijn vorige week gezaaid, net als rucola. En gewone sla die binnen was voorgetrokken is uitgezet.

In de witte zaal staan nu eikenbladsla, pluksla, andijvie, bloemkool, knolselderij, kaukasische spinazie, nieuw zeelandse spinazie en courgettes te ontkiemen.

Zodra ze verspeend kunnen worden doen we dat waarna ze in de kas uit worden gezet.

Het composttoilet is nog in aanbouw.

Voor de bewatering zijn we aan het kijken op Marktplaats naar een benzine waterpomp. Met een lange slang kunnen we dan twee nog aan te schaffen 1000 liter vaten die we bovenaan de tuin zetten vullen met water uit de beek zodat we met behulp van de zwaartekracht en een tuinslang overal water kunnen geven zonder met gieters te hoeven rondlopen, want dat is fysiek in de zomer als je veel water nodig hebt niet te doen en zoveel water komt er ook niet in de vijver meer aan dan. Na vijf gieters of zo is het water op en moet je een tijdje wachten op nieuwe instroom. Als je er dan alleen in de kas al 25 nodig hebt (tomaten...) gaat dat niet lukken.

Begin juni hebben we een tuinweek hier. Naast werken in de tuin (wieden, tomaten uitzetten, zaaien, verspenen, ...) gaat Rob ook een stukje theorie van de biologische moestuin doen. Vruchtwisseling, compost maken, bemesting, e.d.



Een leuke vijver en 2 kabouters

Savita-lied

We hebben er lang op gewacht, maar eindelijk is het er: het Savita-lied. En het is waarlijk prachtig geworden Dank zij Rene van Veelen. Rene heeft alles gedaan: de tekst gemaakt, de muziek gemaakt, de instrumenten bespeelt, hij heeft zelf gezongen en heeft er ten slotte een echte Savita-cd van gemaakt. Een prachtig cadeau van Rene voor Savita. Dank hiervoor.

Als je nu naar onze site gaat, dan hoor je het lied van zelf (en ook dank aan Sandra, die de muziek op de website heeft geplaatst).

Savita Intensief

Een mooie manier om jezelf te helen.

Van dualiteit naar eenheid. Niets meer buitengesloten.

Geen afgescheidenheid, geen oordeel.

Savita geeft Licht om vanuit ontspanning thuis te komen.

Tijdens deze dagen loopt er een rode draad, door de Eenvoud van het Samen-Zijn.

Een avontuurlijke reis.

Sprekend vanuit het hart, waarheid, spel, dans, klank, tekenen, stilte, beweging, een ont-moeting met je-Zelf.

Van relatie met de ander, naar de relatie met je Zelf, Zelfrealisatie.

Na de meditatie beginnen we de dag gezamenlijk met (huishoudelijke) klusjes.

Na de koffie een Samen-zijn, in de middag en ook 's avonds een Samen-zijn.

1x per dag, een dagdeel vrij.

Savita Intensief: zaterdag 12 tot donderdag 17 augustus, 245 euro.

Een cadeau voor je Zelf. Hartelijk Welkom!

Een nieuw initiatief: kloosterdagen in Savita

Maandag 8 mei tot zondag 14 mei

Het is een week om op adem te komen, de stilte toe te laten, inspiratie op te zoeken, bij jezelf te komen, je leven te overwegen, heling uit te nodigen en aan elke andere behoefte aan rust en ruimte gehoor te geven.

Samen met de andere kloostergasten word je opgenomen in een kloosterritme dat uit 3 momenten van samenkomen bestaat. Dat is de dagopening om 7.30 uur, het 12.00 uur moment en de dagsluiting om 21.00 uur, allen van 20 minuten. Daarnaast heb je elke dag een gesprekje met Lidwien die deze kloosterdagen begeleidt. Een gesprekje waarin je, al naar gelang jouw behoefte, een intentie, hartenwens of opdracht formuleert als gids voor die dag. En waarin je kunt delen wat er in jou gaande is.

Meer info: <http://www.lidwienjanssen.nl>

De kracht van het wiel

Als je het nog niet zelf ontdekt hebt en een beetje Savita in je huis wilt halen:

je kunt 's morgens zelf ook een kaart te trekken

die voor de meditatie

gebruikt worden in Savita.

Via Google intikken: de kracht van het wiel orakels.net



Vanuit het bed stap je zo de tuin in ...

Savita-activiteitenprogramma voor de volgende maanden

Dit is het voorlopige programma voor de 3 volgende maanden

Wil je het hele actuele programma inzien: ga dan naar: www.savita.nl/agenda.

Zaterdag 15 tot zaterdag 22 april

Savita-Lenteweek

o.l.v. Het Savita-team

Weer een 'klassieke' savita-week met iedere dag een groot aanbod van leuke en inspirerende workshops. Het workshopprogramma wordt dagelijks opgebouwd vanuit de kwaliteiten en de kennis van alle deelnemers.

Dit alles aan de normale prijs van € 39 per dag all in.

Zondag 23 april tot donderdag 27 april

Intuïtieve yoga en wandelen

met: Claire Piters

Claire Piters geeft sinds 1996 Intuïtieve Hatha Yoga in haar Praktijk voor Yoga en Helende Massage in Zuid-Limburg.

Op eenvoudige, prettige en speelse wijze maak je een diep contact met je binnenwereld, en onderhoud je tevens steeds je eigen dragende basis.

Een impressie van de 4-daagse training

Je voeten ontdekken de aarde, je longen openen zich met vreugde om zich helemaal te vullen, allerlei gewrichtjes doen niets liever dan bewegen ... Zo gaan we op reis door ons lichaam.

Op diverse manieren doen we dit, altijd heel eenvoudig en toegankelijk, neuriënd, wiegend, stappend, ook rekkend en strekkend ... en steeds dicht bij de natuur, zo mogelijk vindt een klein deel van de ochtend buiten plaats. We gaan zeker ook naar

de stilte en naar het zachte waarnemen, en zo vooral naar het ontdekken van dat wat er in ons al geopend en wetend is ... Deze gebieden zullen we ontsluiten, zodat ze vrijer worden en kunnen groeien. Het is onze kern waar we naar toe gaan. Geniet tenslotte van de klank en klankschalen, ze ondersteunen ontspanning, integratie en heling.

Praktische info

Aankomst: zondag, vertrek donderdag 17.30

Yoga in de ochtend van 10.00 tot 12.30 uur, gezamenlijk wandelen (deels in stilte) in de middag.

Kosten 320 € voor de cursus, incl. 4 nachten verblijf met vol pension (vegetarisch).

Extra nacht incl. maaltijden: 39 euro.

Meer info: www.clairepiters

Woensdag 26 tot zondag 30 april

Massage meets movement

door: Marianne Bakker en Ed Bodewes

Algemene informatie

In deze 4-daagse workshop ervaar je:

- hoe je uit je denken in je lijf en in het nu komt en blijft.
- hoe je staand, zittend en liggend bv. onderrug- en nek-schouderklachten kunt voorkomen en verminderen.
- hoe je daarbij optimaal gebruik kunt maken van de zwaartekracht en het bewegen vanuit je centrum.
- hoe je dit lichaamswerk in je dagelijks leven kunt toepassen ter voorkoming van stress- en fysieke klachten.

Vervolgens onderzoek je manieren om de ander aan te raken ter voorkoming of vermindering van diens klachten, zoals diep masseren, ademtechnieken, bewegen, strekken en het toepassen van acupressuur.

Je raakt aan op een manier die klachten aan je eigen lichaam voorkomt. Je leert te luisteren naar de signalen van je eigen lichaam, als je 'ontvangt' en als je 'geeft'. Je maakt kennis met onder meer Rebalancing®, de Trager® Approach, Dru yoga en (stilte) meditatie.

We werken deze dagen op en naast een matje en massagetafel, grotendeels gekleed, soms in ondergoed en passend bedekt, met en zonder massageolie.

Meer informatie

<http://www.bodymindrebalancing.info/massage-meets-movement>,

bel/sms +31618347644 (Ed) / +31644161797 (Marianne)

of mail info@rebalancing-lichaamswerk.nl.

Opgave: <http://www.123contactform.com/form-1554990/Aanmelding-Workshops>.

Graag meenemen: schrijfmateriaal, kleding waarin je gemakkelijk kunt bewegen, een badlaken, een 1-persoons(hoes)laken, kleine handdoek en wandelschoenen.

Bijdrage: €395 incl. workshop, verblijf op 1- of 2-persoonskamer met eigen douche, toilet en balkon, alle maaltijden, koffie en thee.

Vrijdag 28 april tot zondag 7 mei

Holistisch detoxen

met: Silaska Paalman

Deze week ligt onze focus op mindfulness omgaan met de relatie tussen onszelf en de voeding.

We gaan heel bewust ervaren wat voeding met ons doet op lichamelijk en geestelijk niveau, voor velen een hele openbaring. We gaan opnieuw leren eten met aandacht in rust en stilte. Op zo'n manier eten geeft ons heel vaak diep ingeslepen patronen of oude tradities uit de familie waarom we eten, zoals we eten

In deze week ligt het accent op onthaasten en vakantie vieren voor lichaam ziel en geest. Het is een soul soothing retreat en echt een treat en cadeautje voor jezelf.

Er zal diep ingegaan worden op vele verschillende voedingsaspecten en individuele voedingsadviezen

We gaan magnifieke wandelingen maken in het schitterende Sauerland. We mediteren tijdens healing walks c.q. medicine walks. We gaan masseren, een zieletekening maken, creatief bezig zijn, mantra's zingen, dansen, naar een sauna/wellnesscentrum gaan of waar er maar behoefte aan is. Of gewoon lekker niks doen, het is jouw week en jouw mindfull schoon-maakproces.

Je kan kiezen uit verschillende dingen.

- 1) Zuur-base detox, dat is mild reinigen met een dieet van basische voedingsmiddelen.
- 2) Vasten waarbij je kan kiezen uit groentesappen, rijst of thee vasten. Alles is uiteraard biologisch !

We verblijven in een 1-persoonskamer met eigen badkamer en een fantastisch uitzicht op de glooiende heuvels van Sauerland. Het centrum ligt in de bossen waar rust en stilte heerst. De lucht is er zuiver (Niedersfeld is erkend als luchtkuuroord). Al met al vele gezonde ingrediënten om in 7 dagen weer helemaal vitaal en opgeladen te worden.

Investering : voor 7 dagen slechts 595 euro, waarvan er 420 euro gedeclareerd kan worden bij de zorgverzekering.

Op verzoek is een intensieve detox-10-daagse mogelijk.

Meer info: www.kolibrievasten.nl

Donderdagavond 4 mei – zondagmiddag 7 mei

of: donderdagavond 4 mei – woensdagochtend 10 mei

Qigong, natuurwandelingen, meditatie

o.l.v Erik Huele

We doen de langzame, eenvoudige bewegingen vanuit de taoïstische traditie, afgewisseld met Qigongs, waarbij we zitten en meer naar binnen gaan. Met Qigong laat je je energie stromen en breng je deze in balans.

Je wordt meer gecenterd en geaard.

Je verbindt adem, lijf en geest dieper met elkaar.

Bezieling van je lijf, je kracht in zachtheid ingebed.

Met de Innerlijke Glimlach maken we een zacht en dankbaar contact met ons lijf, dat onze cellen opent en de energie laat stromen.

We leren de kringloop om onze energie te balanceren. Ik ervaar zelf al na 5 a 10 min deze kringloop te doen meer innerlijke rust: een prima voorbereiding voor een open meditatie: zijn met wat is.

Het warmen van je stoof, aandacht voor je nieren (onze basisenergie): uit de stressmodus naar zelfheling.

Met de 6 helende klanken komen we in contact met de energie van de seizoenen en onze organen.

In de avond rustgevende Qigongs ter voorbereiding van de slaap.

Tijden: 8.00 - 8.40 uur, 10.15- 13.00 uur, 16.00 - 18.00 uur of vrij 21.00 - 21.40 uur

Een 3 of 5 daagse om te genieten en nieuwe energie & inspiratie op te doen.

Verder: een pianoconcert van Erik, samen een avond Wereldmuziek liederen zingen voor wie wil en een vuur ceremonie buiten onder de sterren.

Stembevrijding aan de piano met Erik mogelijk in de vrije tijd.

Verblijfkosten: € 39 per dag (incl. 3 maaltijden)

Cursus Kosten(excl. verblijf en eten)

3 Daagse: € 170 of € 110,- + envelop met wat je verder kunt bijdragen

5 Daagse: € 270 of € 170,- + envelop met wat je verder kunt bijdragen

Vroegboekkortingen, vóór 17 april: 10% reductie per persoon.

Vraag korting als je student bent, het niet kan betalen of als je met meerderen komt.

Info: www.soulsinging.net

tel 050-312 46 50 & erikhuele@hotmail.com

Zondag 7 mei tot zaterdag 13 mei

Wholly science week

Natuurlijk leer je zo jezelf kennen

met: Johan Oldenkamp

Je kunt de wereld pas echt begrijpen, wanneer je jezelf echt kent. Daarom legden de Oude Grieken zo de nadruk op het vergroten van zelfkennis. Zelfkennis vormt dan ook het hart van *Wholly Science*, wat de hereniging is van waarachtige Wetenschap en zuivere Spiritualiteit. In het Oude Griekenland en ook het Oude Egypte (genaamd Khemit) waren Wetenschap en Spiritualiteit twee zijden van dezelfde medaille, maar in de achttiende eeuw zijn in Europa beide zijden uit elkaar getrokken. Als gevolg van deze onnatuurlijke scheiding brengen de universiteiten sindsdien onwaarachtige wetenschap, en verkondigen de religies onzuivere spiritualiteit. Allround wetenschapper Dr. Johan Oldenkamp heeft er echter zijn levenswerk van gemaakt om beide zijden weer te herenigen tot één medaille. Deze

helende hereniging heeft hij 'Wholly Science' genoemd, oftewel de (Heilige) Wetenschap van het Geheel. Heilig en Heel betekenen dus eigenlijk hetzelfde, en dat geldt ook voor 'helende' en 'heilgende' werking van *Wholly Science*.

Gun jij jezelf deze unieke week vol natuur en zelfkennis?

http://www.pateo.nl/Dutch/WhollyScienceWeek_2017_1.htm

Maandag 8 tot zaterdag 13 mei

Meditatie en chi kung

o.l.v. : Samma Meijer

www.sammameijer.com

Maandag 8 tot 14 mei

Kloosterweek in Savita

Begeleiding: Lidwien Janssen

De waan van de dag. Drukke agenda's. Verplichtingen. Tijdsdruk. Wie kent het niet. Heb je de behoefte om hier even uit te stappen, weet je dan welkom in de Kloosterweek van Savita.

Het is een week om op adem te komen, de stilte toe te laten, inspiratie op te zoeken, bij jezelf te komen, je leven te overwegen, heling uit te nodigen en aan elke andere behoefte aan rust en ruimte gehoor te geven. In deze dagen ben je individuele gast. Samen met de andere kloostergasten word je opgenomen in een kloosterritme dat uit 3 momenten van samenkomen bestaat. Dat is de dagopening om 7.30 uur, het 12.00 uur moment en de dagsluiting om 21.00 uur, allen van 20 minuten. Daarnaast heb je elke dag een gesprekje met Lidwien die deze kloosterdagen begeleidt. Een gesprekje waarin je, al naar gelang jouw behoefte, een intentie, hartenwens of opdracht formuleert als gids voor die dag. En waarin je kunt delen wat er in jou gaande is. De gastvrijheid van Savita en de prachtige omgeving bieden een warme schaal voor deze week.

Praktisch

Kosten: 6x 69,00 euro (waarvan 39,00 euro voor vol pension).

Je verblijft op een 1-persoonskamer met eigen douche, toilet, balkon. Op maandag 8 mei kom je op het eind van de middag aan. Dan kan je zo aanschuiven aan de avondmaaltijd. Op zondagochtend 14 mei vertrek je weer naar huis. Je kan je opgeven direct bij Savita www.savita.nl (via boekingsformulier).

Meer informatie? Lidwien Janssen: 020-4681732, info@lidwienjanssen.nl,

www.lidwienjanssen.nl

Zaterdag 20 tot zaterdag 27 mei

Chikung lenteweek

met: Cosima Scheuten

De koets

In deze week staat de koets symbool voor het voertuig waarin wij 'zitten'. In onze zoektocht naar spiritualiteit vergeten wij ons thuis, ons lichaam maar al te snel. Als wij thuis zijn in dit 'aardse voertuig' en dat goed weten te verzorgen, dan zal de ziel een plek hebben om in te stappen en de bestemming van de rit prijs geven. Bezieling is het gevolg.

Door middel van Chi Kung oefeningen en rustige, fysieke oefeningen versterken wij de veerkracht, energie en de constructie van jouw 'koets'. In de avondmeditaties verkennen en verzorgen wij die verder, en maak je kennis ermee hoe je 'de koets' kunt besturen.

Wij trainen circa vier uur in de ochtend (inclusief een korte theepauze) en ronden de dag af met een uur meditatie. De meeste tijd besteden wij aan Chi Kung trainingen en circa één uur per dag aan fysieke oefeningen (vaak op een mat). In de middagen heb je vrije tijd, die je kunt besteden zoals je wilt. De omgeving is prachtig om te wandelen.

Training & en tijd om te rusten

Wij starten de Chi Kung week op zaterdagavond met een eerste bijeenkomst na het avondeten. Van zondag t/m vrijdag trainen wij in de ochtend, inclusief een theepauze ca 4 uur. Tussen lunch (13:00 uur) en avondeten (18:00 uur) heb je vrije tijd voor een heerlijke wandeling of om uit te rusten. Na het avondeten ronden wij de dag samen af met een uur rustige training of meditatie. Zaterdag ochtend kun je nog lekker uitslapen, ontbijten, vakantie vieren en lunchen voor je vertrek. Afhankelijk van het weer en de groep trainen wij zo veel mogelijk buiten.

Aanmelden

Wil je mee? Vul dan het **inschrijfformulier (*)** in en maak het bedrag voor de training (240 of 330 euro) plus je verblijfskosten (259 euro plus 14 euro toeristenbelasting) over op rekening 52.85.96.578 op naam van Cosima Scheuten in Amsterdam (IBAN nummer: NL89.ABNA0.52 85.96.578). Belangrijk: vermeld aub 'je naam + lenteweek 2017' erbij.

Meer info

<https://chikungamsterdam.com/chi-kung-retraite/lenteweek-duitsland-2017/>

Woensdagavond 24 mei t/m zondagochtend 28 mei

Vierdaagse workshop 'natuurspiegelen'.

met: Petri Van Otten

'Natuurlijk!' zeggen we als iets vanzelfsprekend is.

Iedereen heeft wel eens periodes, waarin je wat meer behoefte hebt om naar binnen te kijken. In die periodes kan wandelen in de natuur heel helpend zijn en je nieuwe inzichten brengen. Deze workshop laat je zien hoeveel wijsheid, kracht en creativiteit in de natuur verborgen zit.

Je leert kijken naar de processen, zoals die zich in de natuur afspelen en hoe je deze kunt spiegelen met de wijze waarop je met je eigen mentale of emotionele processen omgaat. Het laat zien hoe onnatuurlijk we vaak met onszelf omgaan, waardoor stress ontstaat. We gaan het verschil ervaren door de natuur te gebruiken

als inspiratiebron om te reflecteren op je innerlijk proces. De natuur draagt een fundamentele wijsheid in zich mee. De workshop brengt je weer in contact met deze wijsheid, waarvan we vaak vervreemd zijn geraakt en laat deze opnieuw in je leven integreren.

Hier kan voor jou een nieuwe manier van wandelen beginnen.

Programma

24 mei: Na de avondmaaltijd om 19.30 uur: kennismaking en introductie

25-26-27 mei: Een gevarieerd aanbod in de ochtend en avond

Wandelingen, waarin we de wijsheid van de natuur ontdekken.

Oefeningen in de natuur, die ons verbinden met deze wijsheid.

Filmpjes die de natuurlijke processen laten zien en aanzetten tot dialoog.
(met jezelf en met elkaar).

Creativiteit, waarmee je je vermogen leert kennen om iets nieuws te scheppen.

28 mei: Na een ochtendworkshop sluiten we om 12.00 uur gezamenlijk af.

De middagen zijn vrij te besteden om bijvoorbeeld alleen of met anderen de prachtige rustgevende omgeving van Savita en Niedersfeld te verkennen of het geleerde te integreren.

Kosten

326,00 euro, inclusief workshopkosten, 4 overnachtingen met 3 maaltijden per dag.

Wil jij met gelijkgestemde mensen op zoek gaan naar je eigen natuur, schrijf je dan in voor deze vierdaagse workshop.

Info: <http://petri-van-otten.blogspot.nl/>

Info en aanmelden kan via: p.otten6@upcmail.nl

Donderdag 25 tot zondag 28 mei

Massage-wandelweek “masseren vanuit het hart”

o.l.v. José van der Wouw

Wandelen in de prachtige omgeving van Savita en mindful masseren: genieten van je lijf en de natuur! Een fantastische manier om te ontspannen en los te komen van de hectiek van het dagelijks leven.

De focus van deze week, zowel bij de wandelingen als bij de massagelessen, is contact met jezelf en de ander, aandacht en aanwezig zijn. Je leert een volledige ontspanningsmassage te geven met technieken uit diverse massagestromingen, m.n. de Integratieve Massage. Deze massagevorm bestaat uit een combinatie van Intuïtieve massage, Holistic Pulsing en Polariteitsmassage. Elke les begint met mindfulness oefeningen. Als je op zoek bent naar ontspanning en dieper contact met jezelf binnen de bedding van een fijne groep gelijkgestemden, dan is deze week een uitgelezen kans!

Het weekend wordt begeleid door massagetherapeute José van de Wouw:

“ik vind het heerlijk om mensen (aan) te raken en ze kennis te laten maken met de taal van het lichaam. Uit eigen ervaring weet ik hoe belangrijk respectvolle aanraking is om je veilig te kunnen voelen en je over te kunnen geven aan (de handen van) een ander. Mijn cursussen geef ik in een prettige, gemoedelijke sfeer, waarin niets hoeft en ieders grenzen worden gerespecteerd. De deelnemers voelen

zich vaak wonderbaarlijk snel vertrouwd.”

Aanmelding en informatie:

www.balans-massage.nl of 030-2436002 / 06-17434975

Woensdag 31 mei tot zondag 4 juni

Dzogchenretraite

met: Jan Geurtz

Deze retraite is vol geboekt.

Maandag 5 tot zondag 11 juni

Tuinweek

o.l.v. Rob Jansen

Zie het artikel in het begin van deze Nieuwsbrief

Donderdag 8 tot zondag 11 juni

"Ontspannen en landen in jezelf"

Yoga-meditatie-massage-wandel-geniet-weekend

o.l.v. Marianne Bakker en Ed Bodewes

Je bent welkom vanaf ongeveer 16.00 uur in Savita, om te genieten van:

- * Meditatie, buiten als het weer het toelaat 's morgens en anders binnen.
- * Dru Yoga, gekenmerkt door reeksen vloeiende bewegingen
- * Een dagdeel onderricht in massage en bewegen van Trager Approach
[zie: bodymindrebalancing.info]
- * Mogelijkheid van een individuele lichaamswerk of ontspanningsmassage sessie
- * Wandelen in de stille prachtige natuur rond Savita, luieren in de lommerrijke tuin.
- * gezonde vegetarische maaltijden
- * 1- of 2-persoonskamer met eigen douche, toilet, balkon en prachtig uitzicht.

De kosten voor deze 4 daagse zijn: € 230,-

€ 117 voor 3 overnachtingen incl. alle maaltijden

€ 113 voor de workshops

De sessies worden apart betaald.

Aanmelden graag via centrum Savita of via namastedruyoga@gmail.com

Over de docenten

Ed Bodewes heeft in Groningen een praktijk voor lichaamswerk.

Naast individuele sessies geeft hij cursussen en workshops in onder meer Ontspanningsmassage, Rebalancing, Oorspronkelijk bewegen [Trager approach] Focussen en Massage Meets Movement.

Voor meer informatie: bodymindrebalancing.info

Marianne Bakker heeft een Dru yoga/meditatiepraktijk in Zwolle. Dru yoga is geschikt voor mensen die veel of weinig yoga beoefend hebben. De vloeiende bewegingen helpen energieblokkades op fysiek-mentaal of emotioneel niveau op te lossen. In een ontspannen sfeer worden de lessen van de activering, bewegings-

reeksen, asana's (houdingen), meditatie en tot slot een diepe ontspanning opgebouwd. Voor meer informatie: namastedruyogameditatie.nl

Donderdag 8 juni – zondag 11 juni

Meerdaagse workshop – opstellen van het verlangen

O.l.v. Diksha dros en Francien de Bont

In deze opstellingsmethode staat je verlangen centraal. Je werkt met jouw verlangen, vragen die je na aan het hart liggen. Deze verlangens kunnen gaan over werk, je relatie, gezondheid, je droom. Je verlangens die zich nog niet hebben uitgekristalliseerd in je leven.

Deze methode laat jouw innerlijke wereld zien en de onderstroom die maakt dat je verlangen nog niet gerealiseerd is. Er wordt gebruik gemaakt van representanten die voor jou willen resoneren met de woorden van je verlangen, want je gebruikt letterlijk de zin van je verlangen. Met behulp van deze methode kijk je als het ware in een spiegel van jouw innerlijke dynamiek. Je ziet dat achter dit verlangen een verborgen wereld schuil gaat, die zich kenbaar wil maken en aan je wil tonen waar jij werkelijk staat in je leven. Het is een ware ontmoeting met jezelf.

Deze dagen staat het werken met Opstellingen van het verlangen centraal, daarnaast doen we integrerende oefeningen en is er ruimte voor ontspanning, wandelen in de prachtige omgeving, stilte en plezier.

Start: donderdagavond 8 juni, einde: zondag 11 juni na de lunch

Kennismakingstarief: € 295,- incl. overnachtingen en maaltijden

Aanmelden via website: www.gate-gate.nl, mail: info@gate-gate.nl

Telefonisch: Francien de Bont 0619146184 / Diksha Dros 0638220631

Zondag 11 – zondag 18 juni

Zomer-wandelweek

o.l.v. een Savita-bewoner

Iedere dag de mogelijkheid om op stap te gaan, vaak onder begeleiding van een Savita-bewoner.

Soms een kleine wandeling, soms een grote en misschien ook eens een hele grote wandeling of een dagje niet wandelen.

Genieten van de warme zon, de vele bloemen, de stilte, de mooie omgeving.

Zondag 11 – zondag 18 juni

Theosofische week – Nieuwe perspectieven op ons leven en de wereld

o.l.v. Reinout Spink

Tijdens deze week verdiepen we ons in de praktische levenswijsheid die is te vinden in de spirituele wijsheidsbronnen uit alle tijden en culturen.

Dit universele perspectief werpt een nieuw licht op vragen als: waar komen we vandaan?, waarom zijn we hier?, wat is onze bestemming?, waarom gebeuren al de

dingen in ons leven en de wereld?, hoe komen we in contact met de bron van wijsheid in onszelf?, wat is spiritualiteit?, hoe bepalen de kwaliteit van wat op de spirituele markt wordt aangeboden?, enz. – vragen die tijdens de week uitgebreid aan bod komen.

De esoterische wijsheid is niet door iemand uitgevonden en niemands bezit, en vormt het gedachte-erfgoed van de gehele mensheid. Het is geen afgesloten stelsel maar een zich oneindig verdiepend perspectief. Daarom zullen er tijdens de week geen deskundigen of autoriteiten zijn die definitieve antwoorden geven, maar verkennen we samen fascinerende nieuwe landstreken en laten we ons door onverwachte vergezichten verrassen.

Naast gedachtewisselingen zijn er tijdens de week ook (audio-)visuele presentaties, films, enz. Tevens zullen er op verschillende momenten activiteiten zijn waarbij alle op Savita aanwezige bezoekers welkom zijn.

Deelnamekosten: geen (alleen verblijfskosten Savita)

Voor verdere informatie en opgave:

Reinout Spaink, 06 23391791, respaink@12move.nl

Vrijdag 16 juni - zondag 18 juni

"Geef richting aan je leven" met het talentenspel

o.l.v. Marita Hofman

Via de methode van het Talentenspel neem je de ruimte om, op speelse wijze, meer aspecten van jezelf te ontdekken. Je krijgt zicht op de samenhang tussen je talenten, je diepere drijfveren en je missie. Je missie is datgene wat ten diepste bij je past en waar je gelukkig van wordt. Je ontdekt hoe je kunt leven met hoofd en hart, en zult verrast zijn over jouw mogelijkheden om je leven in balans te brengen. Heb je vragen rondom werk of relatie(s)? Ben je op zoek naar meer zingeving in je leven? Sta je voor een belangrijke keuze of wil je jouw talenten optimaal ontplooiën? Dan is het Talentenspel wellicht precies wat je zoekt.

Praktische info

Begeleiding: Marita Hofman, integraal therapeut/coach

Start: vrijdag 16 juni om 9.30 u., einde: zondag 18 juni om 12.30.

Aankomst op donderdag 15 juni.

Deelnemers: max. 10 deelnemers, ieder werkt op zijn eigen spelbord

Kosten: € 310,- incl. BTW voor de coaching van 13 uur, incl. 3 overnachtingen en vol pension

Meer info: www.viavitae.nl

Woensdag 21 – zondag 25 juni

Vakantie biodanza en welzijn

met: Nathalia Liem

In liefdevolle verbinding met jezelf en met de ander dansen we deze dagen de weg

naar ons hart. In een omgeving zo vol liefde, rust, ruimte en stilte, ga je als vanzelf luisteren naar je innerlijke stem, de taal van je hart. Zo kun je de grootsheid van de liefde ervaren, die soms door zorgen, verdriet, of stress geblokkeerd wordt. Ontdek al dansend de kracht van de liefde; voor jezelf, voor de ander; voor al wat is. We dansen twee Vivencia's per dag, volgens het systeem van Rolando Toro. Met zachte dansen in vloeiendheid, creatieve en vitale dansen en stevige aarde dansen op Savitaanse grond komen we als vanzelf uit ons hoofd en in ons lichaam. Daarnaast is er voldoende ruimte voor 'Welzijn'. Liefdevolle handen staan klaar voor het geven van verschillende massages, er zijn klank healings, of loop eens mee op het helende pad van de Inca's.

Beleef de verrukkelijke magie van de dans van het leven en verwen jezelf met welzijn.

Praktische info

Biodanza Facilitator: Nathalia Liem

Deelnemers: maximaal 30.

Kosten: € 274 op een 1-persoonskamer en € 254 op een 2-persoonskamer.

Incl. 4 overnachtingen en vol pension.

Biodanza ervaring van minimaal 3 maanden is vereist. Wij streven ernaar om deze vakantie voor iedereen toegankelijk te maken. Indien de kosten een bezwaar opleveren, neem gerust contact met ons op.

Aanmelden en vragen: biodanzawelzijn@kpnmail.nl

Uitgebreide info: www.biodanzaregiorotterdam.nl

Donderdag 22 juni t/m maandag 26 juni

Vierdaagse cursus "Tekenen je gesprek"

met: Adinda de Vreede en Anke Schoppen

Teken je gesprek is het visueel maken van een gesprek. Met symbolen, kleuren en kernachtige beschrijvingen maak je een gestructureerd, visueel verslag van wat jou verteld wordt.

Deze 4 daagse cursus is een verdieping van de reguliere Tekenen je gesprek-cursus. Naast dat je leert hoe je voor anderen een getekend gesprek maakt en je gecertificeerd Tekenen je gesprek-coach wordt, krijg je de ruimte om in een plezierige, lichtvoetige sfeer persoonlijke issues te onderzoeken en wellicht op te lossen. In deze cursus is meer tijd en aandacht dan in de reguliere cursus om met je zelf aan de gang te gaan. Daarmee is deze cursus de ultieme manier om te ervaren hoe krachtig het visualiseren van je gedachten, gevoelens en gedrag is. Overdag krijg je les en oefen je in groepen van twee met alle sjablonen die ontwikkeld zijn op het gebied van angsten, gedrag en overtuigingen. In het avondprogramma word je begeleid door Anke Schoppen, creatief therapeut. Zij heeft een schat aan ervaringen en oefeningen die dat wat er overdag behandeld en onderzocht is, 's avonds op een creatieve manier vorm te geven.

Zie voor meer info: www.tekenjegesprek.nl

en over de TJG trainingen: <http://www.tekenjegesprek.nl/trainingen>

Praktische informatie

Teken je gesprek-trainer: Bedenker van Teken je gesprek: Adinda de Vreede

Creatieve therapeut: Anke Schoppen

Maximale groepsgrootte: 12 mensen

Aanvang: maandag 22 juni 17.30 voor het diner t/m maandagmiddag 26 juni 2017 na de lunch 13.00

Kosten: 675,- incl. btw, exclusief verblijfkosten Savita 4x 39 euro

Aanmelden of meer informatie:

Adinda de Vreede: tekenjegesprek@outlook.com , 0597 563646

Zondag 25 (18.00 met diner) – zaterdag 1 juli 2017 (10u30)

Zingen vanuit je Hart, Stembevrijding en Intuïtief zingen

met: Erik Huele en Renze Ferwerda

Zingen, muziek maken en luisteren naar de stem van je hart.

Een zomer-zang-week om je stem echt vrij te laten klinken en vanuit je hart geïnspireerd te zingen. Maar hoe doe je dat eigenlijk? Kun je dat leren?.....

Renze Ferwerda en Erik Huele gaan in ieder geval in deze inspiratie-zangweek de voorwaarden scheppen dat jouw stem in al zijn rijkdom kan gaan klinken. In samen- en solozingen. Met veel ruimte voor intuïtief zingen en speelse vormen in duo's & kleinere groepjes.

Renze en Erik laten je zingen op de manier, die het beste bij je past. Zij leren je naar je stem te luisteren en er liefdevol mee om te gaan. Ze helpen je vertrouwen te vinden in jouw specifieke zang- en stemkwaliteiten.

Je stem zal in al zijn puurheid kunnen klinken. Daarnaast is de piano een niet te onderschatten grote, magische, begeleidende vriend, bespeeld met Renze's eenvoud of Erik's virtuositeit.

Als je denkt niet te kunnen zingen, maar er wel naar verlangt ben je meer dan welkom. Maar ook geoefende zangers en zeker ook koorzangers zullen in deze workshop nieuwe zang-wegen kunnen ontdekken.

Renze Ferwerda: zangcoach, zanger en tekstschrijver

Erik Huele: pianist, soulsinging en qigong docent. Laat je meenemen door twee lichtvoetige en ervaren begeleiders. Wij houden van plezier én humor in onze workshops. Dat combineren we graag met stilte en intensieve aandacht. Wij brengen mensen dicht bij wie ze zijn.

Prijzen

Kosten van de week: € 574,- p.p. bij 2-persoonkamer

Toeslag voor 1-persoonkamer: € 30, (€ 25,-

Vroegboekkorting van € 25 bij inschrijving vóór 20 mei

Info

Erik: 050-312 46 50 of erikhuele@hotmail.com

<http://www.soulsinging.net>

Zondag 2 – zaterdag 8 juli

Qigong (tao-yoga), tai chi, natuurwandelingen en meditatie

o.l.v. Erik Huele

We doen de langzame, eenvoudige bewegingen vanuit de taoïstische traditie, afgewisseld met Qigongs, waarbij we zitten en meer naar binnen gaan.

De Qigong laat je energie stromen en brengt deze in balans.

Je wordt meer gecenterd en geaard.

Je verbindt adem, lijf en geest dieper met elkaar.

Bezieling van je lijf, je kracht in zachtheid ingebed.

Met de Innerlijke Glimlach maken we een zacht contact met ons lijf, dat onze cellen opent en de energie laat stromen.

We leren de kringloop om onze energie te balanceren. Ik ervaar zelf al na 5 a 10 min deze kringloop te doen meer innerlijke rust: een prima voorbereiding voor een open meditatie: zijn met wat is.

Het warmen van je stoof, aandacht voor je nieren (onze basisenergie): uit de stressmodus naar zelfheling.

Een Midweek om te genieten en nieuwe energie & inspiratie op te doen.

Verder:

Een pianoconcert van Erik.

Samen een avond Wereldmuziek liederen zingen voor wie wil en een vuur ceremonie buiten onder de sterren.

Erik Huele is pianist, zanger, componist, docent Soulsinging en Stembevrijding. Daarnaast is hij docent Qigong (Chunyi Lin & Mantak Chia) en Tai Chi.

Hij studeerde piano-improvisatie en compositie aan de Conservatoria van Utrecht en A' dam en maakte diverse CD's.

Hij geniet van samen zingen in de Meezingconcerten die hij organiseert.

In zijn spel en wekelijkse samenzang-groepen is improvisatie essentieel: omgaan met het onvoorziene, het magische, luisteren naar wat de muziek in je wil.

Prijzen: € 150 (excl. verblijf en eten, zie de site van Savita)

Inschrijving met 2 of meer tesamen: 10% reductie persoon

Vroegboekkorting: vóór 1 juni € 125.

Verdere info: www.soulsinging.net

info: 050-312 46 50 & erikhuele@hotmail.com

Zondag 2 juli – zaterdag 8 juli

Vakantieweek biodanza – identiteit en integratie

o.l.v. Maria vermeer

Biodanza: een combinatie van muziek, beweging en emotie. Door muziek vanuit je gevoel in beweging komen. Door bewegen in contact komen met jezelf en de ander. Elk individu vormt zijn eigen identiteit en ontdekt de identiteit van de mensen en voorwerpen die hem gedurende zijn leven omringen. De mens is mogelijk het enige wezen dat zich bewust is van zijn identiteit.

In deze vakantieweek gaan we Biodanza ervaren als een systeem van het integreren van menselijke mogelijkheden. Tussen voelen, denken en doen ontstaat integratie.

Integratieoefeningen en – dansen hebben in Biodanza tot doel het lichaam weer een eenheid te laten zijn. Door het contact met anderen ontstaat een volledige beleving van het uniek zijn van onszelf. Het is een mystieke ervaring: uniek zijn en volledige verbinding voelen. Volledig bewustzijn van jouw unieke manier van zijn, maar ook in verbinding met de ander. Alles heeft zijn plek in de keten. Lichaam, ziel en geest is één geheel in Biodanza. Als je je ziel ten diepste kunt horen, dan weet je in het leven wat je te doen hebt.

Verwonder je naar wat je ontdekt in deze vakantieweek. Dit alles met heel veel plezier en positieve ervaringen.

Praktische info

Begeleiding: Maria Vermeeren, Biodanza-docente

Start 2 juli 16:00 uur, einde 8 juli 11:00 uur.

Deelnemers: maximaal 25

Kosten: € 365,00 incl. 6 overnachtingen en vol pension.

Aanmelden en vragen: vermeeren.maria@gmail.com

Meer info: www.mariavermeeren.com

Zaterdag 8 – zaterdag 15 juli

de Savita-zomerweek

met: diverse workshopgevers

Weer een 'klassieke' savita-week met iedere dag een groot aanbod van leuke en inspirerende workshops. Het workshopprogramma wordt dagelijks opgebouwd vanuit de kwaliteiten en de kennis van alle deelnemers.

Dit alles aan de normale prijs van € 39 per dag all in.

Zaterdag 15 – zaterdag 22 juli

Yogavakantie

met: Carla Groen en Gerda van der Wal

Rond 8:00 in de ochtend is er de keuze voor een ochtendwandeling of Yin yoga.

In het tweede uur na het ontbijt om 10:30 is er Hatha yoga.

Verder is er nog een extra les Yin yoga te volgen om 20:00 met avondmeditatie.

Daarnaast is **Gerda van der Wal** beschikbaar voor de **Ayurvedische massages**.

Het thema van de hatha yoga lessen is: yoga in de verschillende jaargetijden.

Zo doe je in de winter verwarmende- en in de zomer verkoelende oefeningen. In de lente doe je detox oefeningen en in de herfst bereid je je voor op de winter door 'los te laten'. Om het juiste effect te bereiken gebruiken we yoga-houdingen, handmudra's en ademhalingsoefeningen.

De prijs is per persoon:

1 week kamer alleen 495 €, inclusief eigen douche en w.c. en balkonnetje
een **Ayurvedische massage** met warme olie

2 yogalessen per dag

wandelingen

3 vegetarische maaltijden per dag

Meer info: www.carla.groen.nl

Zaterdag 15 juli – zaterdag 22 juli

Ayurvedisch koken

door: Astrid

Nadere info volgt nog.

Zaterdag 22 – zaterdag 29 juli

Yoga & Do-in vakantie

“Beweeg met de voeten meegebracht”

met: Carla Groen en Patrick Haak

Rond 8:00 in de ochtend is er de keuze voor een ochtendwandeling of Tibetaanse / verjongende yoga

In het tweede uur na het ontbijt om 10:30 is er Do-in / Meridiaanyoga.

Er is nog een extra les Yin yoga te volgen om 20:00 met avondmeditatie.

Daarnaast is de **do-in docent** beschikbaar voor Shiatsu-behandelingen.

Het thema van de lessen is: beweeg met de jaargetijden mee.

Zo doe je in de winter verwarmende- en in de zomer verkoelende oefeningen. In de lente doe je detox oefeningen en in de herfst bereid je je voor op de winter door 'los te laten'. Om het juiste effect te bereiken gebruiken we yoga-houdingen, handmudra's en ademhalingsoefeningen.

De prijs is per persoon:

1 week kamer alleen 545,00 €

inclusief eigen douche en w.c. en balkonnetje

1 shiatsu behandeling

6 overnachtingen

3 vegetarische maaltijden per dag

Meer info: www.carla.groen.nl

Zondag 23 juli – zaterdag 29 juli

Advaita zang en yoga retraiteweek

o.l.v. Tonke en Jago

Deze retraitedagen geven de mogelijkheid om op ontspannen wijze terug te keren naar de oorsprong van jezelf, naar de sfeer van onverdeelde liefde en vrede: “advaita”.

Dit is de bron van innerlijke rust en stilte, waarin identificaties verdwijnen.

Dagelijks 2 dagdelen aan activiteiten.

De middagen zijn vrij te besteden. Er worden in de middag wel individuele sessies aangeboden ter ondersteuning van jouw persoonlijk proces, met Cranio Sacraal Therapie. Acces Consciousness Bars en Klankwerk.

Kosten: € 415, inclusief alle workshops, 6 overnachtingen met heerlijke vegetarische maaltijden, koffie en thee.

Informatie en inschrijving:
tel.: 31-6-23464055 (Tonke)
mantra@zingeninovergave.nl
www.zingeninovergave.nl

Zondagavond 30 juli – Zaterdag 5 augustus
Vakantieworkshop beeldhouwen in hout “Van Nature”
o.l.v. Luc Willems

Een week werken in verbinding met de natuur.

In deze week ga ik samen met jullie op zoek naar natuurlijke vormen en naar een natuurlijk ritme van werken. Vormgeven met hart en ziel.

Werken in hout met gutsen, kloppers en handgereedschap. Rondvliegende houtsnippers, een ritme van kloppen.

We trekken ook de bossen in op zoek naar de houtsfere, een beeldende beleving van de natuur.

We verblijven op de prachtige en inspirerende plek van Centrum Savita in de omgeving van Winterberg.

Kosten voor de workshopweek zijn: 295,- euro inclusief het gebruik van gereedschap en materialen. Inschrijving kan tot uiterlijk 30 juni 2017. Er zijn maximaal 10 plekken. Stuur je aanmelding naar luc@creapoelka.nl. Betaling: Graag de kosten van de workshop overmaken op rekening: NL44 ASNB 0708 2086 22 t.n.v. L. Willems en M. Willems-Gerrits.o.v.v. beeldhouwen Savita.

Kosten voor verblijf: 39,- euro per nacht incl. de maaltijden, totaal 6 nachten = 234,- euro. Graag overmaken op de rekening van Savita:

DE0(= nul)8 4165 1770 0000 5453 68 onder vermelding van Beeldhouwen.

Het Savita-programma voor de verdere maanden

Zie de website: www.savita.nl/agenda

Colofon

Deze Nieuwsbrief is uitgegeven door Centrum Savita,
In der Burbecke 15, 59955 Winterberg-Niedersfeld, Duitsland
Deze Nieuwsbrief verschijnt normaliter 1 maal per maand.
Samenstelling en teksten:

Erik Haezebrouck en Elisabeth Ravensteijn
IBAN: DE08 4165 1770 0000 5453 68
t.n.v. Erik Haezebrouck/Savita te Winterberg-Niedersfeld
Telefoon: 00-49-2985-9088843
Reacties: centrumsavita@gmail.com
Website: <http://www.savita.nl>
<http://www.facebook.com/erik.haezebrouck>
<http://www.facebook.com/centrumsavita>
Speciaal IBAN-nummer
voor de Grote Savita Aktie en voor de Savita-vereniging
IBAN: DE40 4165 1770 0000 0210 89
t.n.v. Freunde und Förderer von Savita