



uitgelicht

SARVATA

Centrum voor Gezondheid en Welzijn

mei 2013

Beste lezer, middels deze nieuwsbrief willen wij u graag laten kennismaken met het aanbod van Sarvata en haar team. Sarvata is een centrum waar regulier en alternatief opgeleide therapeuten en cursusbegeleiders samenwerken. Het centrum wil een brug slaan tussen reguliere en alternatieve therapie. Sarvata is een inspirerende plek waar mensen bezig kunnen zijn met gezondheid, welzijn en persoonlijke groei. Wilt u deze nieuwsbrief voortaan digitaal ontvangen? Meldt u dan aan via www.sarvata.nl

Workshops en lezingen

- Zaterdag 25 mei 2013
Familieopstellingen door Jeroen Saris
- Zondag 26 mei 2013
Yogaworkshop door Olav Aarts
- Zondag 26 mei 2013
Lezing Osteopathie door Maaïke Jenniskens
- Donderdag 27 juni 2013
Lezing door Stefan van Dierendonck over zijn boek 'En het regende brood'

Voor meer informatie en aanmelding ga naar www.sarvata.nl of bel 06 - 27 23 48 30

De leerweg van de ziel

Deze opleiding geeft meer inzicht in het bewuste proces van groei en ontwikkeling van ziel, lichaam en geest op aarde. In deze opleiding ga je een proces aan waarbij je je bezighoudt met diverse onderwerpen, die je zowel praktisch als theoretisch benadert. De nadruk ligt op inzicht en ontwikkeling. Bij de onderwerpen moet je denken aan onder andere chakra's, spiritualiteit, aura's, reiki en hoogsensitiviteit. Kijk voor meer informatie op www.deleerweg.nl

In de 'spotlight':

Rens Munnichs (1963)

Ik werk sinds 1995 als haptotherapeut, ben eigenaar van Therapeutisch Centrum Zeddum en heb me sinds 2012 aangesloten bij Sarvata als haptotherapeut en haptotherapeutisch relatietherapeut. Samen met mij onderzoek je hoe

je in contact staat met jezelf en de wereld om je heen.

Via ervaringsgerichte oefening, aanraking en gesprek krijg je weer contact met jezelf, zodat je bewust vanuit balans en vermogen kan leven.

Indicaties voor therapie zijn: stress en gespannenheid, het niet herkennen en kunnen tonen van gevoel, angst en depressie, hyperventilatie, steeds terugkerende lichamelijke klachten, burnout, moeite met contact maken en met lichamelijke/intimiteit, relatieproblemen en post traumatische problemen.

Bij Sarvata heb ik een samenwerkingsverband met Rebekka Noest. Naast individuele haptotherapie begeleiden we samen relaties vanuit een ervaringsgerichte haptonomische en psychologische kijk. Door te onderzoeken wat er in het contact gebeurt, ervaar je op basis van je gevoel en gedrag wat je patronen zijn en hoe je die samen kunt veranderen.

Voor informatie en contact: **Tel : 06-22 18 66 50**

www.haptotherapiegelderland.nl

www.relatietherapiegelderland.nl

www.therapeutischcentrumzeddam.nl



Expositie

Op zondag 7 april was de feestelijke opening van de expositie van schilderijen van Anja Best en Ben Winkelmolen. Beide kunstenaars zijn gefascineerd door het schilderen met olieverf. Bij de één staan mediterrane kleuren vertaald in sfeerbeelden op de voorgrond. Bij de ander staat de mens die uitdrukking geeft aan zijn gevoelens centraal. Geïnteresseerden zijn van harte welkom om in Sarvata te komen kijken naar de werken. De expositie zal duren tot 1 september 2013. Zie ook www.abpaintings.webs.com voor hun werken.



Meditatieteam en Stadsverlichting

Vanaf mei is Sarvata 's ochtends open voor mensen die willen mediteren. Vanaf 7 uur 's ochtends is de deur open voor vrije of begeleide meditatie. Afhankelijk van de begeleider zal de nadruk meer liggen op zelfstandig of begeleid mediteren. Gun jezelf de mogelijkheid om de dag op te

starten in de rust en stilte die je in essentie bent. Hou de website in de gaten voor de planning. (<http://www.sarvata.nl/index.php?id=meditatie-nijmegen-west>)

Sinds maart 2013 heeft Sarvata zich verbonden aan het 'Stadsverlichting'-project van Tijn en Krissie Toubert. Hierbij stellen mensen hun woonkamer open voor meditatie. Sarvata geeft elke zondag van 15.00 tot 17.00 uur de gelegenheid om hieraan mee te doen.

stadsverlichting.nu

Vitaliteitscoach

Sinds februari jl. heeft Sarvata haar team versterkt met Vitaliteitscoach Marjo Engbers. Haar praktijk heet 'Ga Voor Vitaliteit'. Vitaliteitscoaching bestaat uit stresscounseling, natuurvoedingsadvies en vernieuwend coachen. Is je geest uit balans, dan uit zich dat ook vaak lichamenlijk. Ben je niet tevreden met je lichaam, dan heeft dat ook weerslag op je geest. Door middel van coachingsgesprekken houdt ze je een spiegel voor. Samen ga je op zoek naar de kern. Ook geeft ze voedings- en bewegingsadviezen. Als stresscounselor heeft ze voldoende hulpmiddelen om jou weer in balans te krijgen, en/of de manier van ontspanning te zoeken die bij jou past.

06 - 30 18 57 63 / info@gavoornvitaliteit.nl / www.gavoornvitaliteit.nl



Gurdjieff Dans

Genevieve van Beek geeft in Sarvata Gurdjieff Dans. De dansen zijn ontworpen om balans te brengen in de verschillende energiebronnen die zich in ons bevinden. De dansen creëren daarmee een harmonie tussen het lichaam, de geest en de emoties met als gevolg een unieke innerlijke 'centering', een nieuw gevoel van innerlijk ritme, een ontspannen waakzaamheid en een natuurlijke stilte en gratie. Het proces is ontworpen om automatische patronen te doorbreken, een kijkje te nemen achter maskers en verschillende lagen van je persoonlijkheid, om zo een glimp op te vangen van je essentie. De dansen zijn voor diegenen die dieper in zichzelf op reis willen gaan, door middel van de alchemie van beweging, muziek en dans. Deze 'sacred dances' werden door de armenese mysticus George Ivanovitch Gurdjieff ontdekt, die leefde van 1877 tot 1949.

06 - 41 40 33 36 / info@waterlijf.nl



uitgelicht
SARVATA

Centrum voor Gezondheid en Welzijn

Nieuwsbrief / mei 2013

Schependomlaan 17e

6542 RL Nijmegen

06 - 27 23 48 30

info@sarvata.nl

www.sarvata.nl