

VAKANTIE **V**NDERS!

Voor jezelf... ... met anderen

Hoe mooi is het als je dankbaar kunt zijn voor alle mooie en fijne dingen die je hebt. Stilstaan bij alles wat er is maakt je stiller en als vanzelf ga je naar binnen om te ervaren hoe dankbaarheid voelt. Het maakt je rijker.

Volgens psychologe en 'geluksprofessor' Sonja Lyubomirsky is dankbaar zijn een van de strategieën die ons gelukkig kunnen maken. Ze heeft er haar boek 'De maakbaarheid van het geluk' over geschreven.

Dankbaarheid verhoogt je geluk.

Elke dag oefenen in dankbaarheid maakt je bewuster van wat er is, en geeft je meer om van te genieten. Het helpt je om positiever in het leven te staan. Je kunt het niet inpakken en weggeven, maar wel opschrijven en uitspreken. Bijvoorbeeld elke avond 3 dingen noteren of elke dag minstens een keer tegen jezelf hardop zeggen waar je dankbaar voor bent. Het helpt je om je (nog) beter te voelen. Zaken waar je boos over bent kun je in een ander daglicht stellen. Oefenen in dankbaarheid maakt dat je minder last hebt van negatieve emoties.

Als je oefent in dankbaar zijn kun je er ook beter in worden.

Wij zijn dankbaar voor alle mensen die ons volgen en deze nieuwsbrieven lezen. We blijven jullie graag ontmoeten.



Tot Anders!

Carla & Luc

VakantieAnders

Oud en Nieuw Anders

Feestelijk het oude jaar
loslaten en aan het nieuwe
jaar beginnen!

Samen zijn, eten,
ontmoeten en genieten van
alles wat er is.
[Hèt driedaagse festival](#) van
30 december tot en met 1
januari met leuke
workshops en mooie
rituelen.



Heb je zin om samen
met anderen een
gezellige sfeervolle
kerst te beleven. Aan
workshops als
meditatie,
dreamtimehealing mee
te doen? Samen te
eten, een wandeling te
maken en bij de
vuurkorf te zitten?
Dat kan bij
KerstAnders van 23 tot
en met 27 december
in Havelte.

Voor de 5e keer op rij
is [KerstAnders](#) een
succesvol evenement
dat elk jaar weer vol
zit.

Zowel met
KerstAnders als in
het
OudenNieuwAnders
festival is er
Biodanza.
Een dansvorm
waarin je makkelijk
contact maakt met
anderen. Samen
geniet van dansen, je
krijgt er een heerlijk
vrij gevoel van.
[Lees hier meer](#) over
de biodanza
workshop van Marja
Smeding.



**Ontmoeten
verbinden
genieten!**



**Trots en dankbaar vertellen we dat we met [Oud en Nieuw](#)
nog meer fijne workshops hebben
Zingen, improvisatie theater en verhalen vertellen!
lees er alles over op de site
en volgende week meer in deze nieuwsbrief!**

Blogs

Vind jij het leuk om blogs te schrijven over jouw ervaringen en ontdekkingen bij
VakantieAnders?
Waar werd jij geraakt, wanneer ontdekte jij iets in jezelf dat nieuw was of waarvan
werd jij blij tijdens een verblijf bij ons.

Of hoe raakte je geïnspireerd en heb je daar een vervolg aan gegeven.
Wij publiceren deze verhalen graag als blogs op onze site.
Wil jij jouw verhaal vertellen? Laat het ons weten.

De massage weekenden van VakantieAnders in samenwerking met Mazzaze gaan ook in 2018 weer door. Weekenden waarin je leert masseren, geniet van massages en een weekend helemaal voor jezelf in de massageflow kunt zijn samen met andere massage liefhebbers..

Data

KerstAnders

23-27 december

Havelte

OudenNieuwAnders

30 dec - 1 januari 2018

Havelte

NieuwjaarsAndersdag

Opening jubileumjaar

14 januari 2018

Mazzaze massage weekend

26 - 28 januari 2018

Havelte



Copyright © *VakantieAnders.nl 25 november 2017*

Our mailing address is:

info@vakantieanders.nl

VakantieAnders

06 38424122