



In verbinding zijn met anderen.

Het is een basisbehoefte dat je ergens bij wilt horen. Samen met de buurt een gezellige straat bbq, of samen schilderen, beeldhouwen, djembe spelen, naar je favoriete sportclub gaan kijken, samen sporten, eten of zingen in een koor.

Je verwant voelen met je mensen die ook houden van dat waar jij blij van wordt. Het geeft een gevoel van saamhorigheid. In een groep waar jij je prettig voelt heb je plezier en leer en ontdek je steeds weer nieuwe dingen. Je voelt je verbonden met de anderen en vooral ook met jezelf.

Piramide van Maslow

De psycholoog Maslow heeft in zijn beroemde piramide de behoeften hiërarchie ontwikkeld. De basis behoefte zijn lichamelijke zorgen als eten, drinken en een dak boven je hoofd. Pas als die basis vervuld is kun je naar de volgende fase gaan. Daar gaat het over veiligheid en zekerheid die we nodig hebben en opzoeken in gezin, buurt en werk.

In de 3e fase ben je als mens toe om invulling te geven aan je behoefte aan sociaal contact zoals vriendschap, liefde en sociale interacties. Daar zit 'ergens bij willen horen' in. Hier wil je in verbinding zijn met anderen.

Veranderingen in je leven

Er zijn perioden met grote veranderingen in je leven, een relatie die eindigt, zoektocht naar ander werk of een poosje uit de running zijn door ziekte zoals bijvoorbeeld een burn-out. Dan moet je op zoek naar een nieuwe balans en wil je nieuwe activiteiten ondernemen, mensen ontmoeten die dat ook hebben meegemaakt om je mee te kunnen verbinden.

Verbinding is er ook in de zomerweken.

[Lees het blog op onze site.](#)

In elke nieuwsbrief vind je een nieuwtje over de komende zomerweken.

[Nieuw deze zomer](#) Geweldloze (verbindende) communicatie.

Monie Doodeman heeft er veel ervaring mee, geeft trainingen en workshops erin. Deze zomer geeft ze twee weken een cursus om er kennis mee te maken.



We ontmoeten je graag.

Tot Anders!

Carla & Luc.



Yoga Festival Amersfoort.

Het eerste yoga festival Amersfoort gaat op 16 juni op een mooie locatie net buiten de stad plaatsvinden. Verbinding is er samen met ontmoeten en ontwikkelen een belangrijk element, een hele dag samenzijn met met andere yoga liefhebbers.

Hou je van Yoga en heb je zin in deze dag? Koop dan een kaartje.

Boek je voor 1 april een zomerweek bij ons, dan verdien je je kaartje terug!

[Lees hier alles over deze unieke actie.](#)



Geweldloze (verbindende) communicatie leidt wereldwijd tot het oplossen en voorkomen van conflicten, concrete verheldering van communicatie en heling van relaties. Het is een dynamische taal van overvloed en gelijkwaardigheid.

In onze zomerweken kun je op een speelse manier kennismaken met het proces van Geweldloze (Verbindende) Communicatie. Door te werken met kleurrijke vloer- en handkaarten, zodat je letterlijk stappen kunt zetten. Oren en handpoppen maken je luister- en spreekhouding duidelijk en het oefenen luchtig en inzichtelijk. Bij het oefenen kan je ook steeds eigen situaties gebruiken.

[Monie Doodeman komt twee zomerweken](#) van 14 tot en met 28 juli, cursussen en workshops geven. Ze is sinds 2006 met Geweldloze Communicatie bezig en sinds 2011 een gecertificeerd trainer. [Boek hier je zomerweek als je er ook bij wilt zijn.](#)



Op 18 maart weer wandelen op de [AndersDag](#)

Nog twee weken en dan gaan we weer wandelen, in de bossen bij de piramide van Austerlitz (iets ten zuiden van Utrecht).

Zin om mee te wandelen?

Leuke weetjes over de natuur te horen van Dorine? [Meld je aan](#) en ontmoet leuke Anders mensen om de sfeer van Anders weer te proeven of om kennis ermee te maken.



[23 -25 maart Mazzaze massage weekend](#)

Verbinding is het thema van deze nieuwsbrief, dan hoort massage daar natuurlijk ook bij! Zeker in de Mazzaze massage weekenden van vrijdagavond tot zondagmiddag, een heel weekend samen met andere massage liefhebbers om te masseren en gemasseerd te worden.

In deze massageflow kom je helemaal tot ontspanning, ervaar je de effecten van massage en ben je weer in een relaxmodus vol energie.

Vind je het leuk om te leren masseren?
Ben je er graag een weekend uit?
Gun jij jezelf dit heerlijke weekend, kom dan meedoen.
[Meld je hier aan.](#)

[Agenda VakantieAnders 2018](#)

AndersWandelen 18 maart

Mazzaze weekend 23 - 25 maart

Andersdag 29 april

Mazzaze weekend 11 -13 mei

Anderswandelen 2 juni

Aanwezig op Yoga festival Amersfoort 16 juni

Jubileum Zomerweek 14 – 21 juli

Jubileum Zomerweek 21 – 28 juli

Zomerweek 28 juli – 4 augustus

Zomerweek 04 – 11 augustus

Zomerweek 11 – 18 augustus

Zomerweek 18 – 25 augustus

Nieuwsbrief 3 maart 2018
VakantieAnders.nl
info@vakantieanders.nl