



MINDFULNESS EN COMPASSIE

MEDITATIE

Mindfulness en Compassie kunnen helpen om stil te staan bij de ervaring in het "HIER EN NU". Een accepterende en niet-oordelende houding ten aanzien van gedachten, gevoelens en emoties waardoor we de wereld gaan zien zoals die is, en niet zoals wij denken dat die is of zou moeten zijn.

Zomaar een greep van redenen om mee te doen aan de meditatie sessie:

- Nieuwe energie opdoen
- Een moment voor jezelf
- Genieten van de dagelijkse bezigheden
- Uitdagingen met kalmte benaderen
- In verbinding zijn met anderen
- Aanloop naar een lekkere nachtrust

Begeleiding; Leen, Karen en Jan wisselen elkaar af. Allen ervaren Mindfulnessstrainers van MindfulVenlo.

Najaar/winter

Data;
September 13, 27
Oktober 11, 25
November 8, 22
December 6

Tijd: 19:00 - 20:15 uur
Locatie: Groenewold, Begijnengang 17 Venlo
Aanmelden: via secretariaat Groenewold

Deelnemers minimaal 5 maximaal 15
Kosten: €99,- voor sessie van 7 avonden. Gelet op het aantal deelnemers is er eventueel de mogelijkheid later in te stappen, dan zijn de kosten € 15,- per avond. Informeer bij het secretariaat van 't Groenewold.

Telefoon 077-354 66 89
administratie@st-groenewold.nl



(ON)VREDE EN NU? 19-09-2023

HET CONFLICT ISRAEL-PALESTINA / 75 JAAR STAAT ISRAEL

De staat Israël werd in 1948 opgericht. Het conflict tussen Palestijnse en Joodse bevolkingsgroepen duurt al zolang als Israël bestaat. Hoe komt het dat dit conflict in al die jaren niet tot een oplossing heeft geleid en men niet in staat is om in vrede met elkaar samen te leven?

De inleider, Arie van der Lee, die beide gebieden in de afgelopen decennium vele malen heeft bezocht zal dieper ingaan op de ontstaansgeschiedenis van Israël in het bijzonder. Hij besteedt daarbij o.m. aandacht aan de situatie van de Christenen in Palestina.

Daarbij komt ook de Jodenvervolgung, met als dieptepunt in de geschiedenis de Holocaust, aan de orde en zal hij verder ingaan op het antisemitisme dat in die 75 jaar alleen maar is toegenomen.

Anderzijds is ook het vluchtelingenprobleem in Palestina nog steeds een actueel onderwerp. O.a. de Gazastrook speelt daarin een betekenisvolle rol.

De inleider is als interim-manager voor het internationale Rode Kruis enige tijd werkzaam geweest in Gaza in de periode dat de bombardementen daar hebben plaatsgevonden.

Hij neemt u mee naar de Gazastrook, die voor de meesten altijd gesloten blijft en geeft tevens uitleg over het werk van het Rode Kruis in dit gebied.

Najaar 2023

Datum: 19 september
Aanvang: 19.30 uur
Kosten: vrije gift
Aanmelden: via het secretariaat 't Groenewold 077-354 66 89 of via mail; administratie@st-groenewold.nl
Locatie: Jongerenkerk Venlo



HEILIGE HUISJESTOCHT 23-09-2023

Vredesweek 2023: ONVREDE EN NU?

Zaterdag 23 september 2023

Heilige Huisjes Tocht

Wandelen Rondje Fort en bezoek aan de Stads-tuinderij op het Kazerneterrein

10.00-13.00 uur

We bezoeken het Kazerneterrein waar we wandelen langs de muren van het opgegraven Fort Michiel en bezoeken we de Stadstuinderij op het Kazerneterrein.

09.45 uur: verzamelen bij 't Groenewold

10.00 uur :lopen we naar het kazerneterrein

10.30 uur: rondleiding Fort Michiel

11.45 uur: bezoeken en rondleiding Stadstuinderij.

13.00 uur: lopen we weer terug naar 't Groenewold.

Iedereen is van harte welkom.



EINDE ROUWGROEP NA 22 JAAR

Na 22 jaar rouwgroep bij 't Groenewold,

Na verloop van tijd was het lastig om voldoende bekendheid te krijgen onder de bevolking, de betrokken instellingen enz. tot deelname.

Het zou ook kunnen dat de individualisering van de samenleving de belangstelling voor groepsgesprekken deed afnemen. Daarnaast kan het zijn dat er meer hulpverlening aangeboden wordt bij gezondheidscentra via bijvoorbeeld de praktijkondersteuners.

In de beginperiode was de opgeheven Welzijnsstichting een belangrijk coördinatiepunt waar instellingen periodiek bij elkaar kwamen om elkaar te informeren over hun activiteiten.

Ook is gepoogd via open avonden mensen te attenderen op het bestaan van gespreksgroepen. Maar ook dit was een kort leven beschoren.

Samenvattend: een zinvolle activiteit die voor velen iets heeft betekend bij het omgaan met verlies en verdriet door het te delen met lotgenoten onder deskundige begeleiding. Ook voor de begeleiders was het een zinvolle en bevredigende activiteit.

Henk en Gusta bedankt voor jullie inzet de afgelopen jaren.

AGENDA

13 september Meditatie; mindfulness en compassie

10 oktober Fresco's ontdekken

15 oktober Dag van de Armoede

28 oktober Tuin date dag

30 oktober Film kijken

02 november herdenken met o.a. monoloog van May Rooijackers

28 november avond Kloostersfeer Proeven, kennismakingsavond en info Kloostersfeer proeven

08-10 december Kloostersfeer Proeven

