



## NIEUWJAARSWENS

*Zij die op sterren reizen, op hun innerlijk kompas  
zijn de zieners en de wijzen, zoekers in de grote nacht.  
Zij die op sterren reizen, varend op de hemelkaart,  
zoeken tekens in de ruimte, naar het hart van het bestaan.  
Zij die op sterren reizen, op gedachten snel als licht,  
zien de grootheid van het kleine, in een pasgeboren kind.  
Zij die op sterren reizen, vinden sterren in hun hart,  
worden nieuwe zieners, wijzen, van een stralend gouden dag.  
Zij die op sterren reizen, brengen daarvan iets mee,  
want de glans van de sferen geurt als wierook om ons heen.*

Met dit gedicht van Marijke de Bruijne, wensen we u een gezegend nieuw jaar.

Mede namens team en bestuur stichting 't Groenewold, Anne Indenkleeft.

## FRESCO'S EN HUN VEELKLEURIGHEID

In deze lezing wil Franciscaan Mattie Jeukens een verrassende veelkleurigheid en spannende accenten van enkele frescoschilders tonen. Luister, kijk en zie hoe een steeds verder groeiend zelfbewustzijn ontstaat bij hen. Deze lezing is een vervolg op die van 10-10-2023 jl. en ook is deze avond geschikt voor een ieder die belangstellend is, zonder enige voorkennis.

**INLEIDER:** Mattie Jeukens ofm.

**DATUM EN TIJDSTIP:** Donderdag 29 februari, 19:30 -21:00 uur

**KOSTEN:** €10,-

**LOCATIE:** 't Groenewold, Begijnengang 17, 5911 JL VENLO

**AANMELDEN:** [administratie@st-groenewold.nl](mailto:administratie@st-groenewold.nl) of 077 - 354 66 89

## NIEUW: GEZOND EN ZINVOL OUDER WORDEN

Een goede gezondheid is meer dan alleen lichamelijk gezond zijn. Tijdens deze middag krijg je inzicht in op een inspirerende en zinvolle manier ouder worden. Je maakt kennis met verhalen/mythes over de oudere/ouderdom. Daarnaast bespreken we wat je zelf kunt doen om op een inspirerende en zinvolle manier ouder te worden. Bestemd voor mensen vanaf 55 jaar.

Sluipenderwijs en onmiskenbaar worden onze fysieke functies kwetsbaarder. Bewegingen worden langzamer en voorzichtiger. We achterhalen al lang een kind niet meer op de trap en we fietsen niet meer met losse handen. Kortom: we merken dat we ouder worden.

Ouder worden is één van de fasen in het leven van een mens. Het is een periode in je levensloop. En zoals de andere fasen in je leven (geboorte, kind, jongere, volwassene) heeft de oudere z'n eigen kenmerken: zowel geschenken als uitdagingen. Het leven wordt anders, niet per definitie minder.

Verhalen uit de wereldliteratuur, mythen, sprookjes en de grote religieuze en levensbeschouwelijke stromingen Boeddhisme, Jodendom, Christendom en de Islam, nodigen je uit om de ouderdom niet alleen te zien als iets dat je persoonlijk meemaakt en overkomt, maar als een levensfase die alle mensen meemaken. En waar in alle culturen en tijden mensen over hebben geschreven en verteld. Zo ken je waarschijnlijk ook de persoonlijke verhalen van je ouders, grootouders of andere mensen in je omgeving die je oud hebt zien worden. Die verhalen zijn als een spiegel, waarin je je eigen ontwikkeling als oudere beschouwd in vergelijking met anderen, die ook oud worden. Je kent vast mensen waarvan je denkt: zo wil ik ook wel oud worden, of juist niet, dat je het heel anders wilt doen. Je moet je eigen weg zoeken in het ouder worden, in een landschap dat je nog niet kent, maar waar wel al allerlei paden lopen, gemaakt door de mensen die ook hun weg in hetzelfde landschap zijn gegaan. Sommige wegen zijn voor jou de moeite waard, andere wil je liever vermijden. Met de moed van een ontdekkingsreiziger op weg gaan, dat is wat het vraagt.

**DATUM:** dinsdag 5 maart, 14:00-16:30 uur

**DAN MEENEMEN:** een voorwerp bv beeldje, foto, schilderij dat je doet denken aan een oudere

**BEGELEIDING:** Anne Indenkleeft, geestelijk begeleider en stafmedewerker t Groenewold

**KOSTEN:** €10,-

**LOCATIE:** 't Groenewold, Begijnengang 17, 5911 JL VENLO

**AANMELDEN:** [administratie@st-groenewold.nl](mailto:administratie@st-groenewold.nl) of 077 - 354 66 89



## MEDITATIEWEEKEND IN EEN KLOOSTER

Enkele dagen in een kloosteromgeving om tijd te nemen voor je eigen innerlijk. Leven zonder de afleidingen van je alledaagse leven, in de structuur van het kloosterritme.

In de groep een programma met geleide meditatie. Je mag je eigen proces voor jezelf houden als je dat wilt. Het ritme, de leegte en stilte van deze dagen mogen hun werk doen in jou.

Het leven in een klooster vraagt heen en weer lopen tussen je kamer, groepsverblijf, eetzaal, kapel- en weer terug. Bereid je daar innerlijk alvast op voor. We zijn tijdens dit weekend doorgaans in stilte en je bent niet 24/7 op je kamer. Er is de bedding van het getijdengebed (je wordt uitgenodigd doch vrijgelaten door de zusters Trappistinnen deze bij te wonen), de meditaties en de maaltijden. De priorij ligt in een landschappelijke omgeving die geschikt is voor wandelingen. In de ochtend zijn de geleide meditaties en in de avond een korte evaluatie. Daarnaast is er ruimte voor een persoonlijk gesprek.

Je maakt voorafgaand aan het meditatieweekend kennis met de anderen die dit programma tegelijkertijd met jou volgen. Er zijn maximaal zes deelnemers. Bij voldoende deelnemers gaat dit weekend door, je hoort dit op 19 maart tijdens de kennismakingsavond.

Je beschikt over een éénpersoonskamer, wel s.v.p. eigen lakens en handdoeken meebrengen.

Dit programma begeleidt Anne Indenkleeft, bekend met christelijke en zen meditatie en stafmedewerker van 't Groenewold.

**Dinsdag 19 maart is er van 19:00 – 20:00 uur in 't Groenewold vrijblijvend een kennismakingsavond. Van harte welkom.**

**DATA:** vrijdag 22-3-2024, aankomst 14:30 uur t/m zondag 24-3-2024, na (warme) middagmaaltijd

**KOSTEN:** € 155,— ( met € 20,— korting indien je wil autorijden om te carpoolen op vrijdag van Venlo naar de Zusters Trappistinnen in priorij Klarland, Lozen (B) en op zondag terug naar Venlo

**AANMELDEN:** uiterlijk 19-3-2024 op kennismakingsavond bij t Groenewold, Begijnengang 17, Venlo

## TUIN DATE DAGEN

Ben je een doener, een denker of ben je het allebei? Wil je je handen uit de mouwen steken in verbondenheid met de aarde, de lucht en het groen om je heen? Wil je je “accu opladen” en tegelijkertijd ontspanning ervaren? Laat je dan inspireren door een leven gevende energie. Ontmoet mensen met (eenzelfde) belangstelling voor het buitenleven... en mogelijk kom je tot een date!

Ben of ken je iemand die hierdoor zich aangesproken voelt: van harte welkom in de tuin van 't Groenewold. De tuindeuren gaan hiervoor open op:

**DATUM:** Zaterdag 16 maart 2024 EN/OF zaterdag 15 juni 2024, telkens van 10:00-13:00 uur

**BEGELEIDING:** Anne Indenkleeft en Theo Tijssen

**KOSTEN:** Geen. Je wordt “natuur” lijk goed verzorgd met een gezonde lunch op het eind van de ochtend. Aanmelden: Vóór 09-03-2024 EN/OF vóór 08-06-2024. Mocht je onverhoopt toch niet kunnen, laat het ons s.v.p. even weten, dit i.v.m. eten .

**AANMELDEN:** administratie@st-groenewold.nl of 077—354 66 89



## HEILIGE HUISJESTOCHT

In de veertigdagentijd wandelen we samen met een gids in het teken van “Leven in een veranderende wereld”, in en door het Wereldpaviljoen, blijven we af en toe in stilte en verwondering staan. We zullen daar een rondleiding krijgen. We bezoeken daar het Ghana-belevingsatelier en Nicaragua paviljoen en vrijwilligers zullen ons vertellen over de activiteiten die plaatsvinden in het Wereldpaviljoen. Het is een reis naar een ander werelddeel.

**DATUM:** 9-3-2024, van 10:00 -13:00 uur, Wereldpaviljoen in Steijl.



## DIALOOG

Ook dit seizoen wordt i.s.m. met verschillende initiatieven waaronder museum van Bommel van Dam, een dialoogtafel georganiseerd. Dialoog schept een ruimte om met een groep rondom een thema van gedachten te wisselen zonder dat dit tot een sluitende overtuiging hoeft te leiden.

De dialoog richt zich op het leren respecteren van uiteenlopende meningen en vraagt vooral naar de achtergrond van ideeën en gedachten. Samen met wijkbewoners gaan gasten in gesprek. Thema's zijn de vragen die wijkbewoners vandaag de dag stelen. Rode draad is 'hoe leren leven met verschil'.

Meer info in volgende nieuwsbrief.

## BUURTEN MET TALENT

Buurten met Talent en St. t Groenewold hebben afgelopen maanden met elkaar kennisgemaakt. In onze gezamenlijke verkenning hebben we veel voorbeelden van verbindingen gevonden waarin individuele mensen en soms ook onze eigen organisaties vruchten van plukt. Zowel t Groenewold als Buurten met Talent werken zichtbaar en onzichtbaar mee aan koppelkansen, netwerkversterking en persoonlijke groei van en door mensen zelf.

Daarom willen we op deze manier ook u op de hoogte brengen van een training voor vrijwilligers, ontwikkelt door Buurten met Talent en Gilde opleidingen:

In de training Vrijwillige Talentverbinder ga je aan de slag met de belangrijkste vaardigheden voor een goed contact: afstand en nabijheid, gespreksvaardigheden, motiveren en enthousiasmeren, netwerken en meedoen in de eigen wijk. Deze vaardigheden helpen je om goed (een-op-een) contact te maken met de mensen die je als vrijwilliger ondersteunt. Ook je eigen motivatie, je persoonlijke effectiviteit, de rol en positie van een vrijwilliger en de samenwerking in jouw eigen wijk komen aan bod.

Ervaren trainers, Roel Venninckx en Karin van der Plas, bespreken en behandelen interactief in zes dagdelen diverse onderwerpen waaronder: Present zijn in de rol en positie van een vrijwillige talentverbinder; Afstand en nabijheid, luis-teren!; Gespreksvaardigheden, het voeren van een gesprek; Grenzen bewaken; Feedback geven en ontvangen; Kennis van de ABCD-methode; Onderwerpen uit de praktijk en groep zelf; Netwerken en meedoen in de eigen wijk.

In de bijeenkomst oefen je gelijk wat je geleerd hebt. Per workshop zijn er 5 praktijkwerkopdrachten die je samen met de betaalde talentverbinder in jouw eigen wijk kunt uitvoeren. De opleiding is geheel online te volgen.

Deze training is bedoeld voor wijkbewoners met als doel om in de rol van vrijwillige talentverbinder te groeien. Een vrijwilliger talentverbinder heeft als belangrijkste taak zijn/haar eigen netwerk in de wijk te versterken, gesprekken te voeren met medewijkbewoners en mensen als buddy of maatje waar nodig te ondersteunen of door te verwijzen. De vrijwillige talentverbinder is onderdeel van een team talentverbinders en wordt gecoacht door een professional.

Tijdsinvestering en huiswerk: 6 x 3 uur workshops en 30 praktijkwerkopdrachten, naar eigen inzicht en mogelijkheden in te vullen. Per workshop ontvang je 5 opdrachten. Voor het behalen van het certificaat is het noodzakelijk dat je alle opdrachten hebt uitgevoerd en ingeleverd. Je ontvangt een eigen inlogcode voor de online werkomgeving van de opleiding en een werkboek.

De training biedt plaats aan maximaal 10 deelnemers per opleidingstraject van 9 maanden. Aan deze training zijn geen kosten verbonden. Er wordt wel verwacht dat er commitment is en dat deelnemers tenminste 90% aanwezig zijn tijdens de 6 workshops. Je ontvangt een deelcertificaat MBO 3 social work – wijkgericht werken (van Gilde-opleidingen)

Ben je geïnteresseerd in deze training om aan de slag te gaan als vrijwillige talentverbinder? Laat dan je gegevens achter via: [nu.venlo.nl/talent-gezocht](http://nu.venlo.nl/talent-gezocht). Je krijgt dan een persoonlijk gesprek.



## LEZINGEN OVER FRESCO KUNST IN MAASTRICHT

**LEZINGEN OVER FRESCO KUNST in Maastricht** op maandagavonden 19 en 26 februari, 4, 11 en 18 maart van 19:00-20:00 uur in sacristie van OLV van Lourdeskerk, Voltastraat 25, Maastricht. Het kan een goede voorbereiding zijn op de frescokunst reis in september 2024:

### FRESCO-KUNST REIS

Dompel je onder in de kunst van de fresco's periode 1300-1500 van Assisi, Florence, Perugia, Padua, Montefalco, Orvieto en Spello in Italië.

Informatie op avond van 25-3-2024, in de sacristie van de Lourdeskerk, Voltastraat 25, Maastricht.

Datum: zondag 15-9 t/m zaterdag 21-9-2024. Vertrek 15-9-2024, om 7:30 uur vanuit Maastricht.

Kosten: € 895,- incl. overnachtingen en entrees. Bij voldoende deelnemers (min.9) gaat deze reis door en uiterlijk 1-7-2024 wordt dit bekendgemaakt. Meer info: Mattie Jeukens ofm. Voltastraat 45, 6224 EK Maastricht. Tel.nr. 043 363 4348 of 06 51 91 0217.



## AGENDA

29 februari 2024	Fresco's en hun veelkleurigheid
09 maart 2024	Heilige Huisjes tocht
16 maart 2024	Tuindate dagen
19 maart 2024	Kennismakingsavond Meditatieweekend
22 maart 2024	Meditatieweekend

