

## Zondagochtend wandeling na verlies

Op zondag 7 januari, 4 februari en 4 maart organiseert Miranda van den Eijnden van *Artesia* weer een boswandeling na verlies.

De wandeling is bedoeld voor mensen die met een overlijden te maken hebben (gehad).



We willen lotgenoten met elkaar in contact brengen. Lotgenoten hebben elkaar veel te vertellen en hoeven niet veel uit te leggen.

Het doet deelnemers zichtbaar goed om te kunnen praten over hun verlies en over hoe zij proberen om hun leven weer te leven.

Het lopen in de natuur heeft vaak een helende werking.

Daarnaast kunnen de deelnemers terecht bij Miranda met hun verhaal en vragen. Zij is ervaringsdeskundige en werkt als verliesbegeleider.

We komen om **11.00 uur** bij elkaar bij Brasserie Zonnestraal, Loosdrechtsebos 15 1213 RH Hilversum. Kosten voor deelname zijn € 10,- (contant).

We wandelen ongeveer een uur. Na afloop praten en drinken we nog wat in de Brasserie (kosten zijn voor eigen rekening).

Elke maand verweven we een thema in de wandeling.

Graag even aanmelden als je mee wilt lopen bij [info@praktijkartesia.nl](mailto:info@praktijkartesia.nl) of bel naar 06-23665687. Zie ook [www.praktijkartesia.nl](http://www.praktijkartesia.nl).