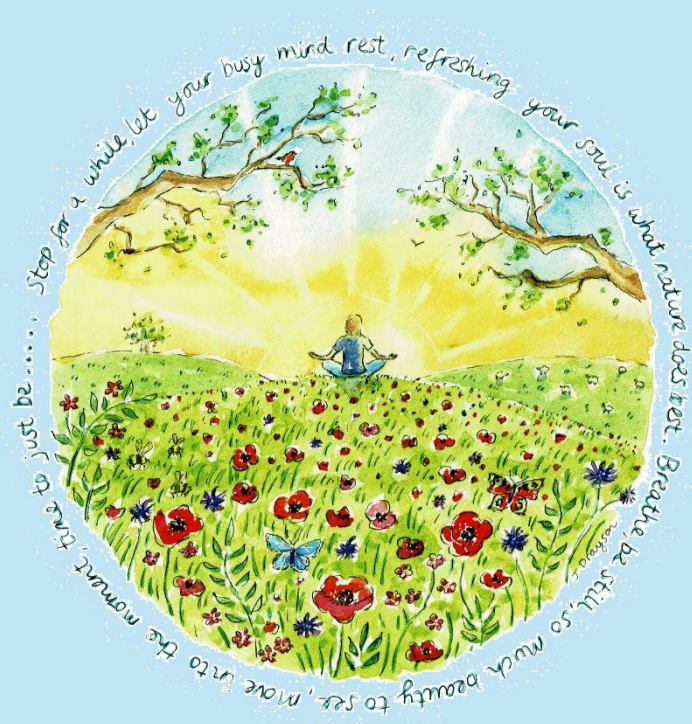


# STILTEDAGEN 2024 EN 2025

*Ervaar de kracht van stilte. Een dag helemaal voor jezelf op een fijne plek, met beoefening van mindfulness en compassie, beweging, buiten zijn in de natuur en een lunch in stilte.*



**WOENSDAG 16 OKTOBER 2024**

(van 10<sup>00</sup> tot 16<sup>00</sup> uur)

**VRIJDAG 18 APRIL 2025**

(van 10<sup>00</sup> tot 16<sup>00</sup> uur)

Locatie: Isis Sofia, Keizersteeg 3, 7722 VB, Dalfsen ([www.isissofia.nl](http://www.isissofia.nl))

Kosten: 100 euro per dag (inclusief een geheel verzorgde lunch met soep en brood)

Begeleiding: Evelien van der Velde ([praktijkdebuitenplaats.nl](http://praktijkdebuitenplaats.nl))



***Hoe stiller je wordt,  
hoe meer je kunt horen***

Aanmelding voor één of beide dagen via mail naar ([info@praktijkdebuitenplaats.nl](mailto:info@praktijkdebuitenplaats.nl))