

CURSUSBOEKJE VAN EPC WATERLAND 2008-2009

Voorzitter	Henny C. Kruiswijk - Monnik	Tel: 020 6313829
Vice-voorzitter	Jan Kruiswijk	Tel: 020 6313829
Secretaris	Ina Haagsma	Tel: 020 6327007
Penningmeester	Max Bajetto	Tel: 0255 525929 E-mail max.bajetto@epc-waterland.nl
Bestuursleden	Joke van Duyl - van de Hoeve Wim van Duyl Lina Post Jet van der Wal	
Algemeen medewerkster Webmaster	Gerda Roozer Monique Schaap	
Correspondentie adres	EPC - Waterland Paltrok 42 E-mail 1035 AG Amsterdam	Tel: 020 6313829 h.monnik@hetnet.nl
Zie ook internet	http://www.epc-waterland.nl	

- **Alle openbare avonden worden gehouden in het Anker, Kamperfoelieweg 226, 1032 HW Amsterdam Noord (tenzij anders aangegeven)**
- **Workshops en cursussen vinden plaats in onze eigen cursusruimte “De Waterdrager” in de Molenwijk 37, 1035 AG Amsterdam Noord**
- **Telefoon cursusruimte 06-11144909**
- Aanvang Openbare avonden 20.00 uur, de deur is vanaf 19.30 open
- Parkeren is gratis
- Routebeschrijving: zie achter in dit boekje
- Voor alle activiteiten geldt: *wijzigingen voorbehouden*
- Zie procedure voor inschrijving: het inschrijfformulier
- Opzeggingen schriftelijk aan de penningmeester

• **Entree leden** € 2,50

• **Entree niet-leden** € 6,-

Contributie Leden

Per jaar € 42,-

• **Huisgenootleden**

Per jaar € 21,-

Eenmalig inschrijfgeld € 3,-

Gironummer: 4071976

Ing. banknummer: 661947327

Alle vragen over prijzen of kosten deponeren bij de penningmeester

JAARGANG 15, SEPTEMBER 2008 – JUNI 2009

AMSTERDAM, SEPTEMBER 2008

CURSUS:

BLZ:

Inhoudsopgave	3
Voorwoord Voorzitter	4
Voorwoord Penningmeester	5
Onze cursusleiders	6
Astrologie – basis	7
Bijenwasschilderen I en II	8
Intuïtieve Ontwikkeling	10
Inwijding, Helderziendheid, Reïncarnatie	11
Kabbalah	13
Kennismaking met de wereld van de hekserij	14
Kruiden, Voeding, Gezondheid	15
Leer zelf tekeningen lezen	17
Letterologie	18
Magnetiseren I en II	19
Mantra zingen, helende klanken.....	20
Meditatie	22
Numerologische mandala, Mandala tekenen	23
Stervensbegeleiding en Rouwverwerking	25
Tarot als sleutel tot Inzicht I en II	27
Touch for Health - basis	29
Inschrijving	30

BEGIN OF BEGIN NIET, MAAR EENMAAL BEGONNEN MOET JE VERDER

(Chinees spreekwoord)

Beste leden en belangstellenden,

ook dit keer is het weer gelukt om een cursuspakket samen te stellen waar iedereen wel iets uit kan kiezen, het is een zeer gevarieerd aanbod.

Rondom *acht cursussen zijn dit seizoen nieuw* in ons pakket en de andere cursussen gaan over op een vervolgjaar óf worden opnieuw opgestart omdat daar veel vraag naar is.

Vragen om een bepaalde cursus (of workshop) – komende uit de ledenvergadering van 2007 - zijn beantwoord en komen (een uitzondering daar gelaten) nu in ons programma voor. Blijft u vooral uw ideeën en wensen over cursussen, workshops, lezingen en/of mediums aan ons doorgeven: we kunnen er wat mee!

Nieuw dit jaar zijn de “Minicursussen” van ca. 3 avonden, waar vraag naar was en wij hopen een ieder daar nu een plezier mee te doen.

Ten overvloede, ziet u een cursus (of meer dan één cursus) *en het schikt u niet* dit in een keer te voldoen, dan is het misschien een idee om contact met de penningmeester op te nemen voor een gespreide betaling. Ook dat is bij ons mogelijk.

Namens het bestuur wens ik u weer een fantastisch, interessant en leerzaam cursusjaar toe!

EPC – WATERLAND EEN PLEK OM VAN TE HOUDEN



Henny C. Kruiswijk- Monnik
Voorzitter EPC – Waterland

VAN DE PENNINGMEESTER.....

Wij gaan tot september met zomerreces
Want de penningmeester schiet steeds in de stress
Bij het overmaken van verschillende betalingen
Lezen sommige mensen nog steeds niet de bepalingen
Het staat toch duidelijk geschreven
Waar u het geld voor wilt uitgeven
Ik blijf hier op hameren naar beter weten in
Om de cursus te vermelden, dat is geen onzin
Volgt u meerdere workshops of cursussen
Dan heb ik geen zin om extra te klussen
Door uit te zoeken voor welke cursus het geld is
Dat is dus voor mij een hele grote ergernis.
U kunt de betalingen apart overmaken
Dan zal ik niet zo snel meer in de stress geraken



Heb ik uw cursus of workshop inschrijving binnen
Dan moet ik alleen nog maar het geld zien te innen
Dus stuur ik u een acceptgiro met een brief
Na betaling bent u geplaatst definitief
Dat is te lezen in mijn schrijven
Ik zal het maar niet overdrijven
Een herinneringsbrief volgt niet, voelt u zich niet gegriefd
Noteer dus de data in uw agenda alstublieft
Alle cursussen en workshops gaan door zonder tegenbericht
Bij het niet doorgaan stuur ik u het geld terug, dat is mijn plicht
Hebt u nog een vraag of betalingsverzoek
Dan kunt u bellen of mailen naar mijn outlook
Als laatste rest mij u, allerbeste mensen,
Een zeer succesvol cursusjaar toe te wensen

Max Bajetto
Penningmeester EPC - Waterland.



ONZE CURSUSLEIDERS

In de cursus kunt u nader kennismaken met de cursusleider, deze kan vertellen wat de achtergrond is van de cursus die gegeven wordt én welke studie eraan vooraf is gegaan.

Marjo van Beek	Astrologie – basis
Tilly van den Bos	Letterologie
Ank Goudriaan	Mandala tekenen: Numerologische mandala
Sylvia Hommes	Leer zelf tekeningen lezen
Netty Koele	Bijenwasschilderen I en II
Netty Koele	Intuïtieve Ontwikkeling
Jan Kruiswijk	Magnetiseren I en II
Henny C. Kruiswijk-Monnik	Tarot als sleutel tot Inzicht I en II
Peter Maas	Inwijding, Helderziendheid, Reïncarnatie
Sylvia Meijer	Meditatie
Gila Nieuwenhuizen	Kabbalah
Lina Post	Mantra zingen, helende klanken.....
Monique Schaap	Touch for Health - basis
Evamarion Scherrewitz	Stervensbegeleiding en Rouwverwerking
Marianne Willems	Kruiden, Voeding, Gezondheid
Anke Zack en Caroline Daalder	Kennismaking met de wereld van de hekserij

Wij wensen alle cursisten een heel goed, inspirerend en leerzaam cursusseizoen toe!



ASTROLOGIE - basis

Onder leiding van Marjo van Beek



Astrologie is een geweldig boeiende leer en geeft de blauwdruk van je leven op deze aarde weer. Elke horoscoop, net als ieder mens, is *uniek* daarom klopt een computer geduide horoscoop *nóóit*.

- ★ welk levensgebied gaat je gemakkelijk af, op welk gebied blijf je struikelen
- ★ hoe kan dat toch en bovenal, wat kun je hier *zélf* mee of wat kun je er aan doen
- ★ wat zijn je sterke punten en wat zijn je valkuilen

Wanneer je deze cursus volgt ben je na afloop van de lessen in staat een horoscoop te maken, een verdieping hiervan zal in het volgende jaar plaats vinden.

In deze basiscursus kunnen jullie onder meer verwachten:

- kranten horoscopen: waarom de ene Steenbok toch zo anders is dan de andere Steenbok
- uitleg van de dierenriem en de huizenverdeling
- aspecten tussen de planeten
- werken met je eigen horoscoop en het intekenen ervan én hoe rekenen we het uit
- hoe werken de planeten op elkaar in door de aspecten die ze onderling maken en nog meer

Benodigdheden:

- je geboortetijd, plaats en datum (dit is bij de gemeente op te vragen)
- 4 kleuren fineliners: groen, blauw, rood en zwart
- een potlood en liniaal / divers schrijfmateriaal / een ordner of losbladige ringband
- rest wordt in de les bekend gemaakt



Vrijdag van 20.00 - 22.15 uur
 12-09-2008 09-01-2009
 26-09 23-01
 17-10 27-02
 31-10 13-03
 14-11 27-03
 21-11 17-04 slot



Deelname van 10 personen tot 14 personen
 Thee, koffie en fris zijn tegen een kleine vergoeding verkrijgbaar.

kosten voor leden: € 100,-
 kosten voor niet leden: € 145,-

Voor deelname een inschrijfformulier invullen en inleveren.
 Bij annulering geldt punt 2 van het hoofdstuk inschrijving op blz. 30.

BIJENWASSCHILDEREN I - voor beginners
 Onder leiding van Netty Koele



“Je bent in je wezen die je bent, creativiteit zet aan tot verdieping en laat je tot grote hoogte stijgen.”

Genezend schilderen met bijenwas

“Encaustiek” is een zeer oude schilderkunst, de oude Egyptenaren en Grieken hanteerden al deze techniek! De betekenis van “encaustiek” is: **inbranden**

- ✓ het leren schilderen met strijkbout en diverse andere materialen
- ✓ we werken meditatief, intuïtief en gaan kijken wat de kleur ons doet
- ✓ het is rustgevend, voorspellend en inspirerend
- ✓ hoe kunnen we de ander helpen met deze schilderijen?
- ✓ tot slot: *het gemanipuleerd schilderen*, een écht schilderijtje maken!

Zelfs als je niet kunt schilderen, dan tóch creatief bezig zijn.

Benodigheden:

- ✓ op de eerste cursusles ontvang je een starters pakket met: 8 kleuren was-blokjes en speciaal papier in diverse maten
- ✓ kosten hiervoor €22,- *dit in les 1 afrekenen met de cursusleider*
- ✓ meenemen: **ongecoat** reisstrijkboutje, is dit niet in bezit dan kunt u dit huren à €1,50 per les
- ✓ losse stencils met onder andere uitleg van de les à €0,05 per kopie

BIJENWASSCHILDEREN II - voor gevorderden

Onder leiding van Netty Koele



Het de bedoeling, dat er nieuwe technieken worden toegepast en allerlei soorten materialen gebruikt worden zoals: spanen doosjes, gipsen voorwerpen, glas, kurk, enz.

Benodigheden:

- zelf meenemen: diverse kleuren bijenwasblokjes, een ongeoat strijkboutje, stylus tekenpen en diverse maten schilderpapier (encaustic)
- bij aanvang van de les kan men een pakketje schilderpapier bestellen
- werkpapier, tissues en papieren handdoekjes etc.: eenmalig €7,- en in de 1^e les aan de cursusleider te voldoen
- aanvullende kopieën voor de lessen à €0,05 per kopie

Bijenwas I (beginners)

van 20.00 – 22.15 uur

Maandag	Maandag
15-09-2008	05-01-2009
06-10	26-01
27-10	16-02
01-12	23-03 slot

Bijenwas II (gevorderden)

van 20.00 – 22.15 uur

Dinsdag	Dinsdag
16-09-2008	06-01-2009
07-10	27-01
04-11	17-02
02-12	24-03 slot

Deelname van 10 tot 12 personen.

Thee, koffie en fris zijn tegen een kleine vergoeding verkrijgbaar.

Kosten voor leden: € 80,-

Kosten voor niet leden: € 125,-

Voor deelname een inschrijfformulier invullen en inleveren.

Bij annulering geldt punt 2 van het hoofdstuk inschrijving op blz. 30.

INTUÏTIEVE ONTWIKKELING - basis

Onder leiding van Netty Koele

.....niet alles in het leven is nu eenmaal met je ogen te zien of met je verstand te beredeneren.

Juist onze zintuigen, zoals: zien, horen, voelen etc., spelen bij intuïtieve ontwikkeling een belangrijke rol. Bij ieder mens zijn de zintuigen anders ontwikkeld, is bij iemand “zien” meer ontwikkeld, dan noemen we die persoon “helder-ziend”.

Iedereen is in meer of mindere mate helder-ziend, helder-horend, enzovoort. Iedereen kan deze gave verder ontwikkelen, **door gevolg te geven aan je intuïtie**. (Wanneer de **WIL** aanwezig is!)

Maar wat is nu “intuïtie”? Het is een innerlijk weten dat **niet** gebaseerd is op denken of beredeneren. Het is een dikwijls vaak onbewuste herkenning van de energie die de situatie uitstraalt. In de deze cursus gaan we onder andere leren **te vertrouwen op de eigen intuïtie** én leren hoe je energie werkt. In de basis-cursus worden onder andere de volgende onderwerpen behandeld:

- * Mediumschap: betekenis ván
- * Aura: kleuren en werking
- * Chakra's: kleuren en werking
- * Visualiseren
- * Psychometrie: bloemen en voorwerpen
- * Foto's: van o.a. overledenen
- * Gronden (aarden)
- * Symbolen
- * Gidsen, engelen
- * Helderziendheid, helderhoren, heldervoelen, helderweten



Door je intuïtie te ontwikkelen kun je weer in contact komen met deze vermogens en kun je meer inzicht krijgen in jezelf.

De slotavond wordt op **bijzondere wijze met de cursisten afgesloten**, dit door middel mét elkaar te werken wat in de lessen is geleerd. In de cursus wordt hier een uitgebreide uitleg over gegeven.

Intuïtie is niets anders dan eigen weten.

Donderdag van 20.00 – 22.15 uur
25-09-2008 26-02-2009
23-10 19-03
20-11 16-04
18-12 23-04
22-01-2009 14-05 (slot)



Deelname van 12 tot 14 personen.

Thee, koffie en fris zijn tegen een kleine vergoeding verkrijgbaar.

Kosten voor leden: €100,-

Kosten voor niet leden: €145,-

Voor deelname een inschrijfformulier invullen en inleveren.

Bij annulering geldt punt 2 van het hoofdstuk inschrijving op blz. 30.



INWIJDING, HELDERZIENDHEID EN REÏNCARNATIE

Onder leiding van Peter Maas

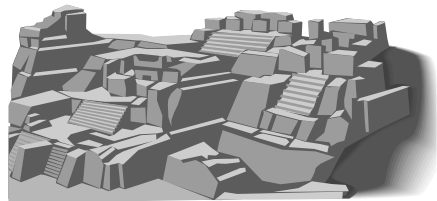
VOOR WIE?

Voor iedereen die – op meer niveaus - *wil leren begrijpen* en graag een *verdieping wil* over diverse onderwerpen, over bijvoorbeeld:

- reïncarnatie in al zijn aspecten bekeken
- goden in de oertijd náást de gewone mensen
- evolutie van de mensheid in de oertijd
- schouwen en helderziendheid
- enzovoort

Wanneer we er dan van uitgaan dat mensen reïncarneren, moet dat ook gelden voor de planeten. Dat betekent dat de evolutie van de mensheid niet op deze planeet stopt, maar op de volgende aarde verder gaat! In deze cursus wordt “de evolutie van de mensheid in de oertijd” besproken, plus Lemurië, Atlantis en ook daarna. Deze lessen komt vrijwil geheel overeen met de Geheime Leer van de theosofoe Blavatsky. Maar waar het gaat om processen, zoals *Reïncarnatie* en *Inwijding*, vermogens zoals: *Schouwen* en *Helderziendheid*, wijkt de visie van Peter af, of.....is daarin véél duidelijker!

Donderdag van 20.00 - 22.15 uur
30-10-2008 19-02-2009
27-11 12-03
29-01-2009 09-04 (slot)



Deelname van 12 tot 14 personen.

Thee, koffie en fris zijn tegen een kleine vergoeding verkrijgbaar.

Kosten voor leden: € 75,-

Kosten voor niet leden: € 120,-

Voor deelname een inschrijfformulier invullen en inleveren.

Bij annulering geldt punt 2 van het hoofdstuk inschrijving op blz. 30.

KABBALAH

Onder leiding van Gila Nieuwenhuizen

Kabbalah in het dagelijkse leven.

Deze cursus is gericht op de praktische toepassing van

Kabbalah. Je krijgt een inleiding tot de twee diagrammen van de Levensboom en van de Ladder van Jacob. Je leert ze gebruiken als gereedschap voor het analyseren van je omstandigheden en als spiegel voor jezelf. Je verheldert en transformeert concrete situaties. Je brengt je spiritualiteit als actieve kracht in je leven.



Polonium coeruleum

Gila werkt vanuit een universele levensvisie. Ze reikt de eeuwenoude beelden van de Kabbalah op een vrijzinnige manier aan opdat deze door de cursisten uit verschillende achtergronden kunnen worden ontvangen en toegepast. Haar werk is meditatief. Ze benadrukt de inzichtgevende inkeer. Via gesprek en klassieke Kabbalah - meditaties, wordt diepgaande werk op het gebied van de ziel en van de geest uitgevoerd.

Zaterdag van 09.30 - 15.30 uur

31-01-2009

21-02

28-03

18-04-slot

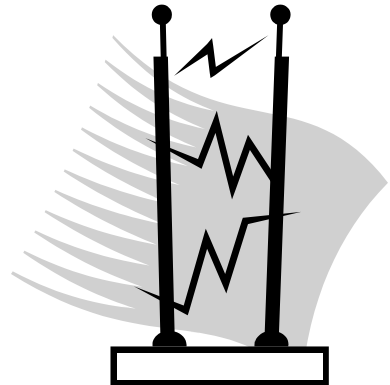
Deelname van 10 tot 14 personen

Thee, koffie en fris zijn tegen een kleine vergoeding verkrijgbaar.

Zelf lunchpakket meenemen.

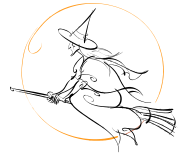
Kosten voor leden: €140,-

Kosten voor niet leden: €185,-



Voor deelname een inschrijfformulier invullen en inleveren.

Bij annulering geldt punt 2 van het hoofdstuk inschrijving op blz. 30.



KENNISMAKING MET DE WERELD VAN DE HEKSERIJ

Onder leiding van Anke Zack en Caroline Daalder

Moderne Hekserij is een natuurtraditie die dwars door alle tijden en geloven heen in stand is gebleven. Nee, heksen vliegen niet naakt op bezemstelen rond en veranderen je ook niet in muizen.....! In deze cursus leer je op boeiende wijze wat Hekserij inhoudt, de verschillen tussen Hekserij en Wicca, maar vooral natuurlijk wat ze doen en niet doen. Verspreid over 8 lessen worden de basisbeginselen van de Hekserij uitgelegd en in de praktijk gebracht en *kunt je proeven* van de verschillende aspecten van de Hekserij.

Een greep uit de onderwerpen zijn:

Het Jaarwiel, de vieringen, werken met de 4 elementen, spells, kaarsen en kleurenmagie, Healing, orakelen, kruiden, gebruik rituele voorwerpen en rituelen.

Het is vooral een praktische cursus, maar zeker ook met humor en plezier en wij werken *zonder dogma's*. Voor elke les vragen wij een kleine bijdrage van €2,- à €3,- voor stencils en materialen. Zoals o.a. kaarsen, (half) edelstenen, oliën en wierook, die u mee naar huis mag nemen.

Verder neemt u mee: pen en papier, eventueel een flesje water en een slaapzak voor de geleidemeditaties en trancereizen. Dit laatste geven we *per les aan* en is de eerste keer nog niet nodig. Iedereen is van harte welkom!

Woensdag van 20.00 - 22.30 uur

24-09-2008 07-01-2009

15-10 04-02

12-11 04-03

10-12 01-04-slot



Deelname van 10 tot 12 personen.

Thee, koffie en fris zijn tegen een kleine vergoeding verkrijgbaar.

Kosten voor leden: €120,-

Kosten voor niet leden: €165,-

Voor deelname een inschrijfformulier invullen en inleveren.

Bij annulering geldt punt 2 van het hoofdstuk inschrijving op blz. 30.

KRUIDEN, VOEDING, GEZONDHEID

Onder leiding van Marianne Willems

vijf avonden in het teken van voeding, (on) kruiden en gezondheid kruiden – smaaktest – proeven - voeding

- Bekende en minder bekende algemene onkruiden, die inzetbaar zijn voor onze gezondheid, hoe herkennen en hoe gebruiken we ze
- Een avond over “Wat doet voeding met mij”. We gaan kijken welke gewoonten en gedachten er meespelen bij de keuze van je voeding. Aan bod komt wat een lichaam ongeveer nodig heeft per dag aan voedingsstoffen en hoe we daaraan komen. We kijken naar de toevoegingen in ons eten en de weg die onze voeding heeft afgelegd voor het bij ons op het bord ligt. Hierbij komt de gangbare voeding als ook de biologische voeding aan bod.
- Deze avond komen de vier temperamenten aan bod. Zoals daar zijn de melancholicus, de flegmaticus, de cholericus en de sanguinicus. Wat bent je nu... en wat kunt je met deze kennis?
- Smaakbeleving door middel van proeven en het gebruik van andere zintuigen. Deze avond proeven we o.a. van alledaags fruit en maken we een reis door onze ervaring
- De laatste avond wordt aan de cursisten overgelaten, er zijn vast wel vragen over o.a.:
 - ✓ gezondheid, beweeg ik wel genoeg
 - ✓ zal ik nu wel of niet supplementen gaan gebruiken, gebruik ik ze wel goed
 - ✓ waarom heb ik altijd witte stipjes op mijn nagels, een vieze smaak in mijn mond
 - ✓ krakende botten bij het opstaan, moet ik nu wel of niet veel water drinken

Marianne (natuurvoedingskundige) ziet met plezier uit naar deze bijzonder interessante cursus!

Meenemen: schrijfmateriaal



Maandag van 20.00 - 22.15 uur

06-10-2008

27-10

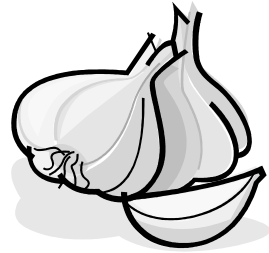
17-11

05-01-2009

26-01-slot

Deelname van 10 tot 14 personen.

Thee, koffie en fris zijn tegen een kleine vergoeding verkrijgbaar.

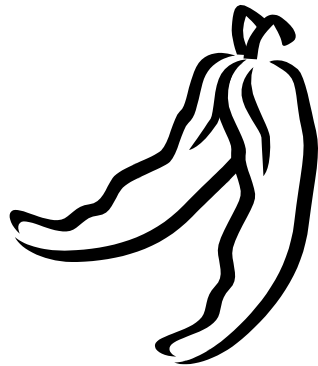


Kosten voor leden: € 60,-

Kosten voor niet leden: €105,-

Voor deelname een inschrijfformulier invullen en inleveren.

Bij annulering geldt punt 2 van het hoofdstuk inschrijving op blz. 30



LEER ZELF TEKENINGEN LEZEN - Wat betekenen **kleuren** en **symbolen** voor jou?

Onder leiding van Sylvia Hommes

Een “cursus” met:

- knippen, scheuren, plakken
- tekenen, knutselen enzovoort
- met als einddoel:

HET ZELF LEREN TEKENINGEN “UIT TE LEZEN”

Tijdens een workshop van vorig jaar, waren de mensen zeer enthousiast en vroegen of het niet uitgebreider kon. Voor de liefhebbers van vorig jaar en voor *alle nieuwe nieuwsgierigen* bestaat nu de kans om op het thema: **kleur en symbolen** in te gaan en wat we daar verder mee doen “het uitlezen ervan”. Je gaat eerst op je eigen manier een kleur/symbolen dagboek samenstellen, we gaan dan ook flink met papier, kleuren enzovoort in de weer en gaan we *leren* tekeningen van en aan elkaar uit te leggen, waarbij ik bij elke tekening (eventueel) mijn eigen aanvulling zal geven. Dit zal aan het eind vast minder nodig zijn! Zelf een tekening uitleggen kan iedereen namelijk leren! De één zal het sneller onder de knie krijgen dan de ander maar te leren valt het, als je het “dat lukt me nooit” kan loslaten. Al doende gaat het je natuurlijk steeds beter af het is tenslotte een leerproces. Alle benodigd materiaal is aanwezig. Eventuele kopieën tegen een vergoeding van €0,05

Zaterdag: van 10.00 - 12.30 uur

11-10-2008

25-10

08-11-slot

Deelname: van 8 tot 10 personen

Thee, koffie en fris zijn tegen een kleine goeding verkrijgbaar.

Kosten voor leden: € 30,-

Kosten voor niet leden: € 45,-

Voor deelname een inschrijfformulier invullen en inleveren.

Bij annulering geldt punt 2 van het hoofdstuk inschrijving op blz. 30.



ver-

LETTEROLOGIE / Letterlezen
Onder leiding van Tilly van den Bos



In deze cursus gaan we op een andere manier naar het alfabet gaan kijken.

Letterologie is het zien van het alfabet in een andere context. Het opnieuw leren lezen van je naam *en de zin zien van je leven* wat hiermee gegeven is.

Letterologie laat iedere letter zijn verhaal vertellen. Iedere letter leren lezen, anders bekijken.

Elke letter heeft zijn *eigen kracht* en geeft ons een beeld van hoe we zijn en wat we kunnen en mogen worden.

We kunnen achter deze betekenis komen door goed naar onze naam te kijken met het aantal hoofdletters, dubbele letters, wijze van schrijven. Sommige letters laten de verstandelijke kant zien van de mens, andere de emotionele kant. Er zijn letters die een extra nadruk geven en zo de naam versterken. De plaats in de naam, de klank, de roepnaam, naam van ouders, grootouders, opvoeders, kinderen is belangrijk.

Er is verwantschap met numerologie en grafologie, maar de Letterologie staat toch geheel op zichzelf en laat het alfabet op een bijzondere wijze zien.

Benodigdheden: - pen, schrift of map noodzakelijk, kladblok
- drie stiften: rood, groen, blauw.

Dinsdag van 20.00 - 22.15 uur.

30-09-2008

14-10

28-10- slot

Deelname van 10 tot 14 personen.

Thee, koffie en fris zijn tegen een kleine vergoeding verkrijgbaar

Kosten voor leden: €50,-

Kosten voor niet leden: €75,-



Voor deelname een inschrijfformulier invullen en inleveren.

Bij annulering geldt punt 2 van het hoofdstuk inschrijving op blz. 30.

MAGNETISEREN I – basis

Onder leiding van Jan Kruiswijk

Magnetiseren gaat ook door onder de noemer “*Paranormaal Genezen*” en is een oeroude wijze voor het behandelen van aandoeningen. In de huidige tijd is het niet meer vreemd om gebruik te maken van een alternatieve geneeswijze. Via magnetiseren zijn er geen negatieve gevolgen te verwachten, gebleken is dat het magnetiseren een aantoonbaar goed effect heeft op mens (én dier). In de cursus staat de cursist centraal en zal het een ontdekkingsreis zijn ín en náár jezelf maar ***ook in relatie tot jezelf en de anderen!***

Binnen deze cursus kun je verwachten:

- ☞ basishandelingen van het magnetiseren
- ☞ het leren gronden en aarden
- ☞ het leren “afsluiten” voor negatieve energie van anderen
- ☞ Chakra’s, Aura’s, Energieën, enzovoort

MAGNETISEREN II – vervolg

Onder leiding van Jan Kruiswijk

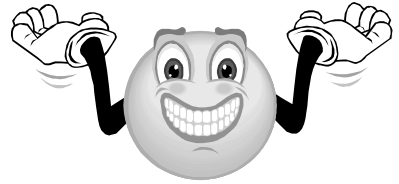
Dit is een vervolg van de basis cursus maar is ook geschikt voor mensen die Reiki I (en/of) II hebben gedaan. Deze cursus is op de praktijk gericht.

De volgende onderwerpen komen onder andere aan de orde:

- ☞ *verdieping van de basishandelingen* van het magnetiseren
- ☞ het stimuleren van de Chakra’s
- ☞ het benadrukken van het leren “afsluiten” *voor zelfbescherming*
- ☞ het gebruik van de pendel, enzovoort



Beide avonden van 20.00 - 22.15 uur



I Maandag

29-09-2008
20-10
10-11
08-12
19-01-2009
09-02
09-03
20-04 -slot

II Dinsdag

23-09-2008
21-10
25-11
09-12
20-01-2009
24-02
17-03
14-04-slot

Deelname van 10 tot 12 personen.

Thee, koffie en fris zijn tegen een kleine vergoeding verkrijgbaar.

Kosten voor leden: € 100,-

Kosten voor niet leden: € 145,-

Voor deelname een inschrijfformulier invullen en inleveren.

Bij annulering geldt punt 2 van het hoofdstuk inschrijving op blz. 30.

MANTRA'S ZINGEN: Helende klanken.....

Onder leiding van Lina Post

We leven in een adembenemende tijd, de wereld om ons heen én in onszelf is volop in beweging. Een moment voor jezelf kan geen kwaad en dat kun je heel goed doen met het zingen van mantra's.

Maar: wat zijn mantra's?

Mantra's zijn gewijde teksten, in het Sanskriet (oudste klassieke taal uit India.) Een mantra is een combinatie van heilige lettergrepen die samen een kern van geestelijke energie vormen. Mantra's zijn klanken die je hardop maar ook in stilte kunt herhalen, ze geven ons rust.

Man in mantra betekent in het Sanskriet "denken". *Tra* komt van 'traï' en kan betekenen "bescherming tegen" of "bevrijding". Mantra betekent dus zoveel als "het denken dat bevrijdt en beschermt".

Wat is het fijne aan mantra zingen?

We kunnen hiermee om kracht, liefde, geluk, voorspoed, inspiratie of wat dan ook vragen! Het heeft een ontspannende, of juist een vitaliserende werking.

Je bent van harte welkom, kom ervaren en meedoen en laat de levensstroom je leidraad zijn.

Vrijdag van 20.00 – 22.15 uur

03-10-2008

07-11

12-12

16-01-2009

06-02-slot



Deelname van 8 tot 14 personen.

Thee, koffie en fris zijn tegen een kleine vergoeding verkrijgbaar.

Kosten voor leden:	€30,-	Kosten leden enkele avond	€ 7,-
Kosten voor niet leden:	€75,-	Kosten niet leden enkele avond	€ 16,-

Voor deelname een inschrijfformulier invullen en inleveren.

Bij annulering geldt punt 2 van het hoofdstuk inschrijving op blz. 30.



MEDITATIE AVONDEN

Onder leiding van Sylvia Meyer

“Leven en werken in harmonie met jezelf”

Even aan jezelf denken, er even voor jezelf zijn. Als je dit doet, kun je je bewust worden van de hoeveelheid energie, tijd en aandacht die je aan de buitenwereld besteedt. Iets voor jezelf doen betekent vaak dat je dan iets doet dat de maatschappij van je verlangt, of verwacht óf voor je bedacht heeft.

Mediteren kan iedereen, is wel gemakkelijk gezegd maar toch is het zo. Je geest tot rust brengen is ook het moeilijkst van alles en toch.....het is te leren. Als je eenmaal de stap hebt gezet, wil je meer.

Door meditatie kunt je je denken tot rust brengen en tot innerlijke harmonie komen. Dit kan onder andere door de aandacht op de ademhaling te richten, door geconcentreerd in- en uit te ademen.

Mediteren kan zelfs een manier zijn om je intuïtie te ontwikkelen.

Regelmatige perioden van diepe *ontspanning* door het toepassen van meditatietechnieken zullen stress verminderen

Je zult je door het mediteren beter voelen en makkelijker kunnen ontspannen.

Je kunt makkelijker in slaap komen, beter concentreren door het mediteren.

Sommige mensen ervaren dat ze eindelijk "rust in hun hoofd" hebben gekregen. Doordat je geest meer rust krijgt, kun je ook de problemen in je geest steeds beter overzien. En daardoor komen lichaam en geest meer in balans.

Deze meditatie avonden zullen in het teken staan van:

- Op zoek naar ontspanning en rust, door middel van geleide meditaties
- Ontspanning door middel van thema's, meditatie zoals bijvoorbeeld: Herfst meditatie, Mededogen meditatie en nog vele andere meditaties die je dichter bij je zelf kunnen brengen.

Maandag van 20.00 - 22.15 uur

22-09-2008 12-01-2009

13-10 02-02

03-11 23-02

24-11 16-03

15-12 06-04 slot



Deelname van 10 tot 12 personen.

Thee, koffie en fris zijn tegen een kleine vergoeding verkrijgbaar.

Kosten voor leden: €100,-

Kosten voor niet leden: €145,-

Voor deelname een inschrijfformulier invullen en inleveren.

Bij annulering geldt punt 2 van het hoofdstuk inschrijving op blz. 30.



NUMEROLOGISCHE of Astrologische MANDALA

Onder leiding van Ank Goudriaan

Voor ieder, die plezier heeft in de ontspannende manier van tekenen en kleuren, is deze cursus geschikt. We baseren ons hierbij op de zeer oude wetenschap van de numerologie of getallenleer. In o.a. de Indiase Veda's en de Hebreeuwse Kabbala vinden we aanwijzingen dat de wetenschap van de getallen misschien al meer dan 11.000 jaar geleden gebruikt werd. De numerologie was al aan de Egyptische priester Mozes bekend!

Dit is echter géén cursus numerologie, al gaan we op eenvoudige wijze in op de getallen 1 t/m 9 en de meester getallen; de kleuren die erbij horen en de bijbehorende actieve en passieve eigenschappen. We vereenvoudigen de getallen van onze geboortedatum tot het getal van onze "levensles" en onderzoeken bij elk getal wat dit jou te zeggen heeft. Zo kan het een heel persoonlijke neerslag worden en/of een uiting van creativiteit die in ieder verborgen is. Op deze manier kun je een beter inzicht in jezelf en anderen krijgen en eigen mogelijkheden ontdekken. Voorop staat echter het plezier in het kleuren en de a.h.w. "meditatieve" ontspanning hierbij. We zetten elk getal om in een mandala op A-4 formaat waarbij een beroep wordt gedaan op je vindingrijkheid voor het uitbeelden van de getallen en wisselen samen ideeën uit. Tegen het einde van de cursus groeien we naar het maken van onze eigen geboortemandala toe, op een A-3 formaat! Daarna kun je zo'n unieke mandala ook maken voor de data van een huwelijk, jubileum of elke andere belangrijke gebeurtenis.

Benodigdheden:

- Passer (die je kunt vastzetten met een schroefje)
- Stencils en tekenvel aanschaffen in de les
- Doorzichtige liniaal (minimaal 40 cm.)
- Zacht gum en puntenslijper
- Zacht “potloodgum” van Lyra / Pergamano / Faber Castell 7057
- Doos zachte, goede kleurpotloden
- A4 en / of A3 tekenpapier (niet te glad)
- vanaf les 6: opbergmateriaal voor grote tekeningen meenemen

woensdag: van 9.30 - 12.30 uur

17-09-2008	14-01-2009
08-10	11-02
29-10	11-03
19-11	08-04
10-12	13-05 slot

Deelname van 10 personen tot 12 personen.

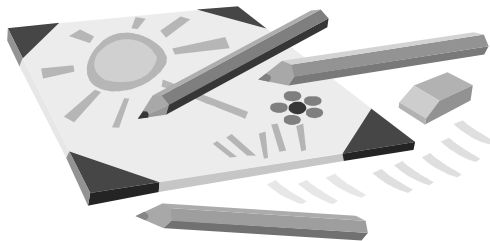
Thee, koffie en fris zijn tegen een kleine vergoeding verkrijgbaar.

Kosten voor leden: € 120,-

Kosten voor niet leden: € 165,-

Voor deelname een inschrijfformulier invullen en inleveren.

Bij annulering geldt punt 2 van het hoofdstuk inschrijving op blz. 30.



STERVENSBEGELEIDING en ROUWVERWERKING

Onder leiding van Evamarion Scherrewitz

Gelukkig is er al véél meer belangstelling voor het verwerken van verdriet, of verdriet een plekje geven. Ook in het begeleiden van stervenden hoeven we steeds minder met lege handen te staan.

Die belangstelling ontstaat doordat mensen zichzelf en anderen toestaan om verdriet te hebben en anderen er deelgenoot van te maken.

De oude spreuk: “Gedeelde smart is halve smart” en “Gedeelde vreugd is dubbele vreugd”, lijkt steeds beter door te dringen. We zijn bewuster bezig met de bedoeling van ons leven hier op aarde en met wat zich voor en na die tijd zou kunnen afspelen.

Op de drie avonden in 2008 gaan we ons bezighouden met: **Stervensbegeleiding**. De eerste twee avonden gaan we besteden aan *ons eigen gevoel over leven en dood*, al opgedane ervaringen met stervenden, actief luisteren of bewust stil zijn.

- we gaan eigen grenzen erkennen
- respect voor het wereldbeeld en het beeld van de dood van degene die gaat overlijden
- welke woorden en zinnen kun je zeggen en welke absoluut niet
- hoe is onze lichaamstaal, enzovoort

De avond in december is er een *creatieve avond*, we gaan aan de gang met diverse materialen (wordt in de les besproken) om zo *met elkaar* een plek te creëren waarin we ons zouden kunnen herkennen in ons verdriet, machteloosheid en ook liefde voor onszelf en elkaar. Liefde die we hebben voor het leven zelf.

De avonden in 2009 gaan we ons bezig houden met **Rouw- en verliesverwerking**.

Heeft rouw en verlies alleen met de dood te maken of kunnen we ook om een andere reden in de rouw zijn? De eerste twee avonden zijn we bezig met het benoemen van rouw en verdriet, gemis en manieren van troosten en er zijn voor een ander en/of voor onszelf. Door welke fases gaan we heen in rouwperiodes? Hoe kunnen we in onze kracht blijven staan? Enzovoort.

De laatste avond wordt weer een creatieve avond. We maken met elkaar een hoekje van: “Het Nieuwe Begin”, waarin we met schilderijen, gedichten en andere creatieve uitingen laten zien dat er na de erkenning van verdriet en rouw, een nieuw begin gemaakt kan worden.

Na de cursus durven we in elk geval onze handen te laten zien aan de stervende of rouwende.

We durven onze handen te openen en te zeggen dat we bereid zijn voor diegene: “Er te Zijn.”

En als we nóg met lege handen staan, zijn we in staat om te zeggen: “Hier heb ik even geen woorden voor.” Dat voelt beter dan met een grote boog om die mensen heen te lopen omdat we niet weten hoe te reageren.

Benodigdheden: - schrijfmateriaal
- een kostbaar kleinood, een voor jouw waardevolle herinnering aan iemand, een levende of een overledene
- rest wordt in de les besproken wat nodig is

Dinsdag van 20.00 - 22.15 uur

11-11-2008 13-01-2009

18-11 10-02

16-12 10-03 slot

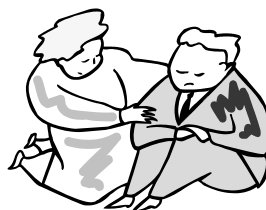
Deelname van 10 tot 12 personen.

Thee, koffie en fris zijn tegen een kleine vergoeding verkrijgbaar.

Kosten voor leden: € 75,-

Kosten voor niet leden: € 120,-

Voor deelname een inschrijfformulier invullen en inleveren.
Bij annulering geldt punt 2 van het hoofdstuk inschrijving op blz. 30.



TAROT ALS SLEUTEL TOT INZICHT I - Grote Arcana

Onder leiding van Henny C. Kruiswijk- Monnik © MC

Tarot I: Grote Arcana

In Tarot I en II werken we met het Rider-Waite Tarot met prachtige gedetailleerde afbeeldingen.

De 78 kaarten van de Tarot bevatten een zeer grote hoeveelheid **verborgen wijsheid** en de geschiedenis en betekenis die in de symboliek van de kaarten verborgen zit, is zeer belangrijk!

We werken met onze intuïtie, behandelen onder andere kleur en getal. Om de kaart goed te interpreteren is **een goede kennis van de symboliek** noodzakelijk.

Wat kun je verwachten:

- uitleg van de symbolen van de 22 kaarten van de Grote Arcana
- diverse legvormen, oefeningen en verbanden tussen de kaarten
- summier maken we kennis met de kaarten van de Kleine Arcana (zie verder Tarot II)
- in Tarot I wordt een begin gemaakt met het maken van je eigen Tarotboek

Benodigdheden: Arthur Edward Waite Deck 7 x 11 cm, **dit moet in les 1 worden meegenomen**

- Schrijfbenodigdheden
- Kopieën die worden uitgereikt: €0,05 per kopie

Donderdag van 20.00 - 22.15 uur

11-09-2008 08-01-2009

09-10 05-02

06-11 05-03

04-12 26-03-slot

Deelname van 12 tot 16 personen

Thee, koffie en fris zijn tegen een kleine vergoeding verkrijgbaar.

Kosten voor leden: € 100,-

Kosten voor niet leden: € 145,-

Voor deelname een inschrijfformulier invullen en inleveren.

Bij annulering geldt punt 2 van het hoofdstuk inschrijving op blz. 30.



TAROT ALS SLEUTEL TOT INZICHT II - Kleine Arcana

Onder leiding van Henny C. Kruiswijk- Monnik ® MC

Tarot II Kleine Arcana, voor de mensen die Tarot I hebben gevolgd óf op andere wijze met de kaarten van de Grote Arcana bekend zijn. We gaan aan het werk met de 56 kaarten van de Kleine Arcana en door de kaarten te groeperen, ontdekken we:

- wat de elementen Vuur, Aarde, Lucht en Water voorstellen en wat vertellen ze
- wat vertelt de Hofhouding: Schildknaap, Ridder, Koningin en Koning
- wat is de betekenis van de Azen: Staven, Pentagrammen, Zwaarden en Bokalen
- hoe “lezen” we de kaarten van de Kleine Arcana *samen* met de Grote Arcana

In deze cursus werken we met de Grote -én de Kleine Arcana door elkaar. We besteden ruim aandacht aan de symboliek van de kaarten uit de Kleine Arcana, en net als in Tarot I gaan we door met het leggen van de kaart: individueel én klassikaal. Na deze cursus(sen) ben je in staat een eenvoudige legging voor een ander te doen. Aan het eind van de cursus heb je je eigen Tarotboek afgerond.

Benodigheden: zie Tarot I

Donderdag van 20.00 - 22.15 uur

18-09-2008 15-01-2009

16-10 12-02

13-11 12-03

11-12 02-04-slot

Deelname van 12 tot 16 personen.

Thee, koffie en fris zijn tegen een kleine vergoeding verkrijgbaar.

Kosten voor leden: € 100,-

Kosten voor niet leden: € 145,-

Voor deelname een inschrijfformulier invullen en inleveren.

Bij annulering geldt punt 2 van het hoofdstuk inschrijving op blz. 30.



ver-

TOUCH FOR HEALTH – basis

Onder leiding van Monique Schaap

Touch for Health is een methode waarmee je kunt leren hoe je lichaam en geest reageren op stressimpulsen en hoe je daarmee om kunt gaan. Het is een spier- en energieversterkende techniek die onder andere tot doel heeft het lichaam in goede conditie te brengen en te houden. Door gebruik te maken van spiertesten kun je vaststellen hoe de energie in het lichaam is verdeeld. Welke meridianen (energiekanalen) zijn geblokkeerd. Wat is de oorzaak hiervan (bijvoorbeeld voeding, emoties, houding). Op welke manier kan de energie weer op gang worden gebracht.

Je leert energieblokkades interpreteren met behulp van de gevonden meridiaanblokkades. Dit kun je dan behandelen met verschillende technieken zoals masseren, aanraken van acupressuur- en andere energiepunten.

- Hoe spieren werken, wat spiertesten zijn en hoe dat te doen
- 14 meridianen, dit zijn energiebanen die door het lichaam lopen
- 14 spieren testen die in verband staan met deze meridianen
- verschillende versterkingstechnieken
- een eenvoudige emotionele ontlading van stress, eenvoudige pijncontrole
- testen met behulp van een testpersoon
- voeding testen om te versterken

Benodigheden: schrijfmateriaal, makkelijk zittende kleding (geen strakke spijkerbroek e.d.), een A4 map met plastic bewaarhoesjes

Zaterdag van 09.30 -12.30 uur.

04-10-2007 10-01-2008

01-11 07-02

29-11 07-03 slot

Deelname van 8 tot 12 personen

Thee, koffie en fris zijn tegen een kleine vergoeding verkrijgbaar

Kosten voor leden: € 60,-

Kosten voor niet leden: € 105,-

Voor deelname een inschrijfformulier invullen en inleveren.

Bij annulering geldt punt 2 van het hoofdstuk inschrijving op blz. 30.



EPC - WATERLAND

INSCHRIJVING

1. Door invulling, ondertekening en toezending van het cursusinschrijfformulier aan het EPC - Waterland, verbindt de cursist zich met de voorwaarden aan de cursus(sen) die in het cursusboekje vermeld staan.
2. Bij schriftelijke annulering tot 14 dagen voor de aanvang van de cursus(sen) wordt 10% van het cursusgeld als administratiekosten in rekening gebracht. Bij annulering tot 7 dagen voor de aanvang van de cursus(sen) wordt 20% van het cursusgeld als administratiekosten in rekening gebracht. Na deze termijn geen restitutie van betaling.
3. Teneinde van deelname verzekerd te zijn, dient u het verschuldigde bedrag over te maken voor aanvang van de cursus. U kunt per kas aan de penningmeester betalen; of dit overmaken op één van onze rekeningen, te weten:
Postbanknr.: 4071976 t.n.v. EPC - Waterland
ING Bank: 66.19.47.327 t.n.v. EPC - Waterland
Paltrok 42, 1035 AG Amsterdam.

Het verschuldigde bedrag dient **14 dagen voor aanvang van de cursus**, in ons bezit te zijn.

Indien uw betaling niet op tijd binnen is, vervalt uw deelname en wordt uw plaats aan een andere inschrijver(ster) toebedeeld. **Wilt u bij betaling a.u.b. duidelijk vermelden om welke cursus(sen) het gaat**, dit bespaart de penningmeester heel wat uitzoekwerk.

4. Mogelijke afwijkingen van het hierboven gestelde in overleg met de penningmeester.
5. De cursussen vinden dan pas doorgang bij voldoende deelname. Bewijs van deelname geldt alleen bij cursussen vanaf 6 avonden.
6. **ZONDER TEGENBERICHT GAAN ALLE CURSUSSEN DOOR.**
 - Indien een cursus niet doorgaat dan krijgt u daar circa één week van tevoren bericht over.
 - Wanneer u schriftelijk bericht van EPC -Waterland ontvangt dat u definitief bij de door u gekozen cursus geplaatst bent, is er een acceptgiro ingesloten, waarmee u het verschuldigde bedrag aan ons kunt overmaken.
 - U ontvangt hierna géén herinnering meer voor het starten van uw cursus; no-
teer de data in uw agenda!
 - Ook kunt u zelf het bedrag overmaken, *let u hierbij op de betalingsvoor-
schriften. Dus altijd o.v.v.: “naam cursus”*.

Wijzigingen voorbehouden.

Voor **CURSUSSEN en WORKSHOPS** hebben we een eigen gebouw en wel:
Gebouw "De Waterdrager", Molenwijk 37, 1035 EG Amsterdam
telefoon: 06-11144909

Het is gelegen aan de buitenkant van het **winkelcentrum De Wieken**.

- **Parkeren:**
 - Op het parkeerterrein van Albert Heijn; Zie (*)
- **Openbaar vervoer:**
 - **halte de Wieken** (is bij AH) verder zelfde route als met eigen vervoer
 - Stadsvervoer lijn 35 van Centraal Station
 - Stadsvervoer lijn 36 vanaf Sloterdijk
 - Stadsvervoer lijn 37 vanaf het Amstelstation
 - Stadsvervoer lijn 38 vanaf Amsterdam Noord
- **Voor alle duidelijkheid: (*)**
 - Loop LANGS de Albert Heijn, je passeert een haringkar en bij de hoek ga je links om
 - Je loopt nu aan de buitenkant van het winkelcentrum en loopt rechtdoor
 - Je passeert aan je linkerkant NOG een uitgang van het winkelcentrum
 - Je gaat langs de kapper en loopt naar de LAATSTE deur
 - Ons naambordje staat op de deur - er is (nog) geen bel, dus even kloppen!

EPC - Waterland blijft met de **OPENBARE AVONDEN** in
het Anker, Kamperfoelieweg 226, 1032 HW Amsterdam

De bereikbaarheid is perfect en alle bussen stoppen op enkele minuten lopen van Het Anker, parkeren is ook geen probleem. Aan de overkant van het Anker kunt u (gratis) parkeren bij het Antoniushuis óf op het parkeerterrein van de Gamma. Bovendien is er rondom het gebouw ook nog gelegenheid om te parkeren.

Bus: 34 – 35 – 38 - 92 stoppen bijna vóór het Anker

Bus: 37 – 35 stopt voor de Gamma

Voor meer informatie over het openbaar vervoer: www.9292ov.nl