

# HERFSTWANDELING BIJ VERLIES



Zaterdag 24 september 2011 in Bennekom

De **herfstwandeling** is speciaal bedoeld voor mensen die verlies van een dierbare te verwerken hebben.

Al wandelend kom je in beweging, zowel fysiek als mentaal. Ook werkt het rustgevend en helpt het om dichterbij jezelf te komen. Door stil te staan bij wat de natuur in de herfst biedt, ontstaat er rust in je hoofd en kun je beter luisteren naar je gedachten en je gevoelens.

**In groepsverband wandelen met lotgenoten** geeft veel herkenning en biedt gelegenheid om ervaringen rondom het verlies met elkaar te delen.

Hennie Bol en Marriet van Rekum, beiden gespecialiseerd in verlies en rouwbegeleiding, organiseren deze herfstwandeling in de bossen van Bennekom.

**Start** : 10.00 uur vanaf Selterskampweg 52, Bennekom

**Kosten** voor deze bijeenkomst bedragen € 15,- p.p

**Voor opgave en informatie:**

Hennie Bol 06-51229645 [www.verlieswerk.nl](http://www.verlieswerk.nl)

Marriet v. Rekum 06-28521883 [www.rouw-en-verliesbegeleiding.nl](http://www.rouw-en-verliesbegeleiding.nl)