

## PRESENT

### Vakantiedata

Kerstvakantie, voorjaarsvakantie

### Kwartaalbetalingen

Verandering kwartaalbetalingen

### Intensive

16 februari een nieuwe Intensive

### Present

Licht in ons leven, hoe doe je dat met deze dagen?

## Volgende week Kerst

Volgende week is de laatste week voor de kerstvakantie. Het is inmiddels dan ook de traditie om voor de laatste les **allemaal iets mee te nemen.**

Dit kan een pak sap zijn, maar ook koekjes of een hapje. We stoppen dan een kwartier van tevoren en proosten samen op het einde van het jaar.

**Graag nog doorgeven als je niet kan,** want dan kan ik tijdig doorgeven of er 1 of 2 lessen zijn op de avond. Dit geldt voor zowel de dinsdag als de donderdag.

Voor degene die niet kunnen:

**Hele fijne feestdagen en een mooi 2020!!**



## KERSTVAKANTIE 21 DEC T/M 5 JANUARI

Over een week is het kerstvakantie en er is dan geen les. De eerste les is weer dinsdag 7 januari.

De voorjaarsvakantie is van 25 februari t/m 1 maart. De eerste les is dan weer op dinsdag 3 maart.



## INGANG VERANDERING KWARTAALBETALINGEN

Nu de kwartaalbetalingen zijn ingesleten, wordt het tijd de betalingen aan te passen aan de hoeveelheid lessen per kwartaal, met name voor de zomer. Daarnaast is er een minimale verhoging van het lesgeld (van gemiddeld €88 naar €90 per kwartaal).

Deze kwartaalbetalingen gaan voortaan als volgt

Kwartaal I	<i>Jan-feb-maart</i>	€95
Kwartaal II	<i>April-mei-juni</i>	€95
Kwartaal III	<i>Juli-aug-sept</i>	€75
Kwartaal IV	<i>Okt-nov-dec</i>	€95

Voor vragen en/of opmerkingen kun je altijd contact met me opnemen.



## NIEUWE INTENSIVE

---

De datum is vastgezet! Zondag 16 februari van 10 tot 14 uur is het weer tijd voor een nieuwe Intensive!

Een Intensive is een vier uur durende les, waar nog meer de tijd wordt genomen voor de oefeningen. Het effect is daardoor dieper en langer doorwerkend. Ik raad het iedereen aan. De extra tijd die je dan hebt voor de oefeningen geeft je inzichten die je weer mee kunt nemen naar je eigen beoefening thuis naar aanleiding van de gewone de lessen.



## PRESENT

---

De winter is meteorologisch al begonnen. De zonnwende is bijna op haar laagste punt. Zo is het ook met onze zonne-energie voorraad.

Juist de lichtjes in de kerstboom, de vuurkorven in de tuin en de kaarsen op tafel: we zijn er gek op. En dat is ook niet zo gek. Lichtjes herinneren ons aan de tijd die weer komen gaat: lange dagen, warmte, alles bloeit en groeit.

Maar ook een ander element speelt mee: licht doet ook aan iets anders denken: die van verbondenheid, liefde voor elkaar, saamhorigheid. In de vroegere tijden hadden we elkaar nodig om te overleven, om elkaar warm te houden, soms letterlijk!

Bij elkaar eten en drinken met kaarslicht herinnert ons aan onze diepe verbondenheid met elkaar. Daarbij gaat het niet om de presentjes, ook niet om welke kleding je draagt. Het gaat om je aanwezigheid, je *presence*; samen zijn met je ouder, je kind, familie of partner of vrienden: samenzijn is het grootste *presentje* voor jezelf én voor de ander.

En juist in dat samenzijn is het essentieel om er werkelijk ook te zijn op het moment, in het *nu*, . Mobiele telefoons even weggelaten, contact maken met elkaar. Hoe het gaat met de ander. Dát is samenzijn. Dus steek dat lichtje op, maak tijd vrij om samen met je naasten door te brengen. En denk ook nog eens aan die ene persoon die wat licht kan gebruiken. Kunnen geven is een groot cadeau!

Ik wens jullie hele fijne en mooie tijd samen.

Nicole 