

<i>Week 1</i>		<i>Introductie kennismaking met wat is mindful-leSs-</i>
<i>Week 2</i>		<i>Wie ben ik nu accepteren – hart heling activatie</i>
<i>Week 3</i>		<i>De eerste van de vijf pijlers Oordeel- loSs zijn</i>
<i>Week 4</i>		<i>Ik en mijn oordelen naar mijn lichaam – zelf acceptatie</i>
<i>Week 5</i>		<i>De tweede van de vijf pijlers Liefdevol communiceren</i>
<i>Week 6</i>		<i>Energie en communiceren– chakra tuning</i>
<i>Week7</i>		<i>De derde van de vijf pijlers Bij jezelf blijven</i>
<i>Week8</i>		<i>Ik en mijn omgeving – liefdevolle grenzen</i>
<i>Week 9</i>		<i>De vierde van de vijf pijlers maximaal leven- rituelen</i>
		<i>Vakantie periode van 18 juli tot 29 augustus</i>
<i>Week 10</i>		<i>Creatie kracht Energie delen integreren</i>
<i>Week 11</i>		<i>De vijfde van de vijf pijlers zelf evaluatie</i>
<i>Week 12</i>		<i>Wie ben ik nu accepteren – ziel realisatie opening</i>