

# Sæsonprogram 2018 - 19

Læs meget mere på [alternaturligvis.dk](http://alternaturligvis.dk)  
om alle arrangementerne

## Skovtur i Gribskov for medlemmer

**Onsdag d. 15.08.2018**

Vi vil gå stille og tavse igennem den første del af skoven, hvor vi kan mærke de forskellige energier, der er. Derefter finder vi et sted, hvor vi kan meditere. Til sidst vil vi gå hen et sted, hvor vi kan sidde og nyde hinandens selskab, naturen og vores medbragte fortæring...

**Mød op kl. 19 foran Det Gamle Posthus, Stationsvej i Gilleleje.** Fælles kørsel arrangeres, hvis muligt. (20 kr. i transport gives til chaufføren).

**Tilmelding (kun hvis du har bil m. plads til flere) til Connie Hellensten: helst pr. sms til Tlf. 60 83 80 08**

## Tanketræning og neurologisk videnskab

**Mandag d. 03.09.2018**

**Foredrag med Bob Zauner, Coach og tanketræner**

Få indblik i hvordan du kan løse problemer ved at skifte mellem bevidste og ubevidste tanker og oplev coaching med Bob Zauner. Bob vil give et kort overblik over vores 5 nervesystemer og deres funktion samt forklare, hvordan enhver let kan skifte fra en problemtilstand til en ressourcetilstand.

## Vægttab uden fitness og kur / En selv-helbredende krop / Det kærlige parforhold

**Mandag d. 01.10.2018**

**Foredrag med Ole Friis Vildmand**

*Forfatter, hypnose-terapeut og spirituel coach*

Kom til en inspirerende aften om 3 vigtige livsområder: Iflg. Ole Friis er det muligt at tabe sig uden fitness og kure. Desuden er det muligt for vore kroppe at helbrede sig selv, - så vi selv kan blive placeboeffekten! Til sidst vil Ole fortælle, hvordan vi finder kærlighedsfyldte parforhold ved at finde kærligheden til os selv og lærer at "magnetisere" vores tiltrækningsenergi.

## Stemme og kommunikation: Hvad siger du?

**Mandag d. 29.10.2018**

**Foredrag med Mariane Bagger Eriksen**

*Stemmeterapeut, korleder og sanglærer*

Hør om stemme og kommunikation og bliv klogere på, hvordan stemmen påvirker omgivelserne og ikke mindst en selv, og hvor lidt det skal til for at blive bedre til at udtrykke sig.

Vi inviteres også til at røre stemmen i smukke harmonier samt opleve og deltage i stemmehealing.

## En anderledes tilgang til behandling og helbredelse - Mandag d. 26.11.2018

**Foredrag med Karinna Damgård og Sifu Cheng**

Kom og hør 2 foredrag af to kapaciteter indenfor alternativ behandling og helbredelse:

**Karinna Damgård** er professionel clairvoyant og healer og vil fortælle om, hvilke glæder, man kan have af clairvoyance og healing i hverdagen: Hvordan det kan hjælpe til en dybere indsigt og en større selverkendelse og give forståelse for livssituation og hvordan, man kommer videre.

**Sifu Cheng** er naturlæge og akupressør. Sisu vil fortælle om sine gode erfaringer med denne behandlingsform: At det er muligt at behandle rygskeer og diskusprolaps samt hovedpine og gig.

## Caféaften med Nytårskur i Foreningen

**AlterNaturligVis - Mandag d. 07.01.2019**

Vi byder denne aften velkommen til Nytårskur, hvor der lægges op til en dialog mellem bestyrelsen og medlemmerne. Det er her, der er tid til reflektere over foreningens formål og aktiviteter samt udvikle nye tanker omkring foreningens fremtid.

*Ikke-medlemmer er også meget velkomne til at deltage for at få et indtryk af foreningens medlemmer og aktiviteter. Måske med nogle gode idéer til os?*

**OBS! Der kan ikke stilles konkrete forslag til vedtagelse ang. foreningen ved dette arrangement. Men dialogen kan munde ud i konkrete forslag, som tages med til Visionsaftenen efter Generalforsamlingen til marts. Hvis det ønskes kan man melde sig ind ved arrangementet, men det er ikke et krav.**

Der vil også blive et lille indlæg fra et af vore medlemmer:

**De 5 tibetanere, v. Bjarne Olsen**

**Den gamle hemmelighed om ungdommens kilde**

Det drejer sig om 5 riter (øvelser), som vi vil gennemgå sammen. Der er kun én måde til at finde ud af, om de virker på dig, og det er ved at prøve dem. Giv dem en chance for at vise, hvad de formår! **OBS! Husk evt. at tage et liggeunderlag med, da nogle af øvelserne foregår på gulvet.**

## Hvad er EHS egentlig?

**Mandag 04.02.2019**

**Foredrag v. Pia Hardenberg**

*Clairvoyant, healer, kinesolog mm.*

Kom og hør om el-overfølsomhed, kaldet: EHS! Hvordan finder man ud af, om man har EHS og hvordan opleves det i dagligdagen? Hvordan påvirker mikrobølgestråling os, og hvad kan vi gøre for at beskytte os?

**Mandag d. 18. marts 2019**

**Generalforsamling** kl. 19-20  
**og Visionsaften** kl. 20 – 21.30

**Mød op og få indflydelse på foreningens virke, aktiviteter og program!**

## Farvernes betydning i auraen

**Mandag d. 1. april 2019**

**Caféaften med oplæg om AURA og FARVER af Barrit Holtmann**

Aura er udstråling. Alle har en aura. Aura og farver, lys og mørke hører sammen. Aura viser et menneskes tilstand og potentiale samt udvikling. Aura kan fotograferes. Vi kommer ind på farvernes betydning og kvaliteter i det daglige. Vi vil prøve med nogle simple øvelser at få kontakt med auraen.

## Foreningen AlterNaturligVis

- er for dem, der  
"har sans for mere mellem himmel og jord"

Foreningen, som blev stiftet den 10. april 2003 er en almennyttig forening, der har til formål at udbrede og fremme et holistisk livssyn.

Den fungerer som en dialogplatform, hvor man gennem vore arrangementer kan møde ligesindede alternativt interesserede mennesker.

Foreningen har hjemsted i Gilleleje og har omkring 20 medlemmer

Foreningens aktiviteter består dels af **Foredrag** om holistiske emner, **Caféaftener** med oplæg af medlemmerne samt **Interessegrupper** med studiekredse eller meditation.

### AlterNaturligVis- arrangementer

foregår alle i Det Gamle Posthus  
Stationsvej 6, Gilleleje  
Kl. 19 – 21.30  
Lokale: Havestuen

### Priser /Entre:

**Foredrag: 100 kr. / Caféaften: 60 kr.**  
(Gratis for medlemmer)

**OBS! Kun kontant betaling!**

## Medlemskab og information:

Man behøver ikke at være medlem for at deltage i Foreningens aktiviteter.  
Men hvis du ønsker at melde dig ind, kan du:  
- **enten** indbetale medlemskontingent via Netbank til:

**Danske Bank Kontonr: 4845 4849 077 066\***

\* **Vigtigt: Husk at oplyse navn, adresse, tlf.nr. og evt. e-mailadresse på betalingen**

- **eller** melde dig ind ved et af vore foredrag eller caféaftener og betale kontant.

Hvis du har spørgsmål ang. betalingen, kan du henvende dig pr. mail til:

**Kasserer, Lis Andersen: [l-a@godmail.dk](mailto:l-a@godmail.dk)**

### Årskontingent (1.9.2018 - 31.8.2019)

**350 kr. pr. pers.\*\***

**Rabatpris for par: 600 kr.**

**\*\* Halv pris efter nytår**

**Ved medlemskab er deltagelse i alle aktiviteter  
GRATIS**

Desuden kan du deltage i den årlige Skovtur samt på Generalforsamlingen og få indflydelse på næste sæsons program og aktiviteter.

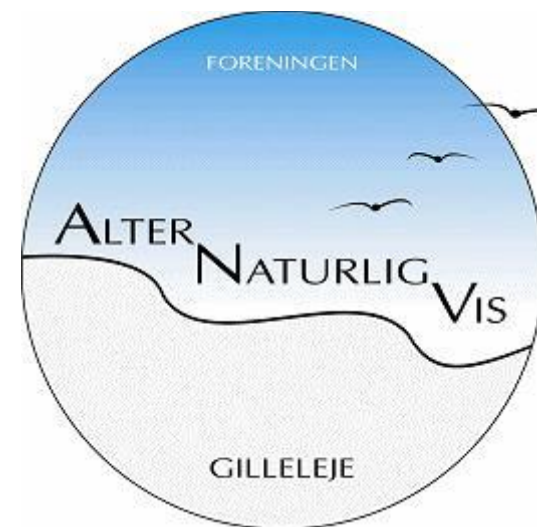
**Meget mere information på:**

**[www.alternaturligvis.dk](http://www.alternaturligvis.dk)**

**Eller kontakt**

**Forkvinde, Connie Hellensten**

**Ved at sende en sms til 60 83 80 08**



## Sæsonprogram 2018-19

**Foreningen  
AlterNaturligVis  
Gilleleje**

**Alle er velkomne!**