

Stichting
deultiemeuitdaging

Themaweek **B**reng **k**leur **i**n **j**e **l**even

Dagboek

Maandag 19 september

Half 8 iedereen wakker. 8.00 uur wandeling in stilte met de naam Mindfull filnes,
Richting riviertje maar onderweg opnemen van geuren,kleuren, geluiden,wolken en natuur maar vooral mensen.
Voor sommige mensen van ons werden bevangen van emotie door de stilte die in de geest en ziel dwarrelen.
Na de tranen en troosten van elkaar rustig terug naar de tuin van Les Belles Heures., met zoveel pracht, natuur en schoonheid van elkaar.
De bezorgdheid voor elkaar is geweldig iedereen voelt zowel verdriet als vreugde. De mensen geven ook aan elkaar verbondenheid en respect.
De crew had weer voor een fantastisch ontbijt in de openlucht



gezorgd met een eitje en heerlijk stokbrood en veel meer.
Verder| deze dag schilderen groep 1 en groep 2 gaat Nordic walking.

De groep schilderen gaat bij het water trachten de Mont Ventoux schilderen op doek. Velen namen toch een derde optie maar het resultaat mag er zijn Jeanette is zeer content over haar nieuw leerlingen.



De groep Nordic walkers hebben onder professionele leiding een hele klus om alles recht en in de bochten en met plezier de stokken te hanteren.



Advies van Bert kom op tijd!!!!!!bij elke activiteit.
Crew verteld Mistral op komst, sluit ramen, vensters en deuren.
Maar blijf jezelf.
In de middag groep 2 schilderen groep 1 Nordic walking bij de voordeur van Les Belles Heures.
Deze middag veel wind , regen, droog dus was elke keer gymnastiek, iedereen naar buiten als het droog was, dan weer naar buten leek wel marathon heen en weer, met dit rare weer.
Na deze drukke bezigheden even relaxen en dan yoehoe happy hour iedereen aanwezig, heerlijk stokbrood met stinkkaas mhhmm.



In de avond pasta met pikante saus, kaas en heerlijke salade. De chef kok Maarten maakt elke dag wel een feestelijke maaltijd "CHAPEAU" Maarten. Met hulp van Constantijn, Karin en Bert.

In de avond een BODY DRUM RELEASE wat een ervaring, kloppen op de schouder of hoofd om meer energie en hoofd en lichaam ontspannen te maken.

Een ervaring die voor iedereen verschillend was.

Daarna voor sommige naar bedje en of nog napraten bij Terras nummer 2 of 4

Welterusten allemaal...

Mooie Marleen