

ONTMOETINGEN

CREATIVI*tijd*

Binnen Samana organiseren we op regelmatige basis workshops voor Samana-vrijwilligers, mantelzorgers, mensen met een chronische ziekte en in 2018 zelfs voor iedereen die geïnteresseerd is in creativiTIJD.

Heb je interesse, kijk dan zeker regelmatig naar onze website www.creativitiijd-samana.be.

ALVAST EEN TIPJE VAN DE SLUIER:

VOOR IEDEREEN

- **Wat doe ik met mijn tijd?**

maandag 5 februari 2018 - 13u30-16u30 - Kortessem
dinsdag 6 februari 2018 - 9u30-12u30 - Houthalen
donderdag 8 februari 2018) 9u30-12u30 - Neerpelt

- **Me-time creatief bekeken**

Maak kennis met collagetechnieken, art-journaling en zentangle om je me-time op een creatieve manier in te vullen.

donderdag 17 en 31 mei en 14 juni - 9u30 -12u30 - Paal
maandagen 8 en 22 oktober en 5 november - 13u30-16u30 - Kortessem

- **Swap-inspiratiedag**

dinsdag 8 mei 2018 - 9u30-16u30 - Houthalen-Helchteren

- **CreativiTIJDswandeling**

Gezellige wandeling om mensen te ontmoeten die ook dit boekje ter hand genomen hebben. Dinsdag 26 juni 2018.

We verzamelen om 10.00 uur op de parking van kasteel Engelhof, Hengelhoefdreef 2, 3530 Houthalen-Helchteren. Deelname is gratis
Weer of geen weer, we maken er iets gezelligs van!

VOOR MANTELZORGERS

Een **stiltedag** met o.a. een workshop collages maken, een bezinnende wandeling - zaterdag 20 oktober 2018 - 10u-16u - Houthalen-Helchteren

VOOR CREATIEVE SAMANA-VRIJWILLIGERS

Een **creativiTijds workshopdag** met een keuzeaanbod aan workshops, die je creativiteit nog meer prikkelen en doen groeien.
donderdag 27 september 2018 - 9u30-16u30 - Houthalen-Helchteren

VOOR MENSEN MET GEZONDHEIDSPROBLEMEN OF EEN CHRONISCHE ZIEKTE

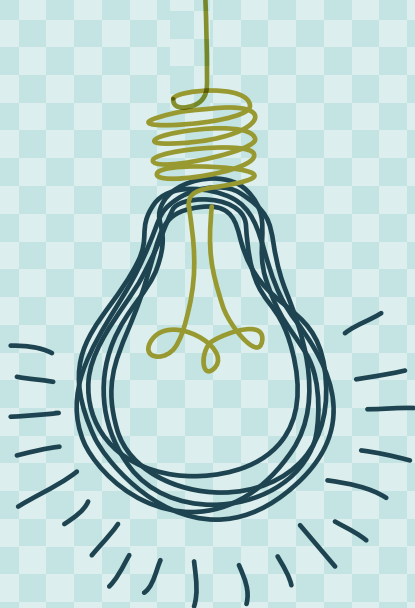
- **Cursus “schrijven aan je levensverhaal”**
dinsdagen 6, 13, 20, 27 maart en 17 april - 13u30-16u30 - Hasselt
- **Workshop “handlettering”**
dinsdag 15 mei 2018 - 19u30-22u00 - Diepenbeek
- **Workshop “de werkelijkheid anders bekeken met fotografie”**
maandag 11 juni 2018 13u30-16u30 - Kortesseem
- **Creatieve midweek in Retie**
van zondagmiddag 14 oktober tot en met vrijdagmiddag 19 oktober 2018, waar je de hele week ondergedompeld wordt in het thema creativiTijd
- **Workshop “soulcollage”**
vrijdag 16 november 2018 - 9u30-12u30 - Gruitrode
- **Workshop “intuïtief schilderen”**
dinsdag 11 december 2018 - 13u30-16u30 - Helchteren

Inschrijven is noodzakelijk via creativitijd.limburg@samana.be
of op het nummer 0470 222 627.



NAAR WELKE WORKSHOPS
BEN JIJ CONCREET OP ZOEK?
LAAT HET ONS WETEN VIA
BOVENSTAAND E-MAILADRES
OF TELEFOONNUMMER

EEN BRON VAN INSPIRATIE



INTERESSANTE BLOGS

www.ishaithamou.be
www.rue-no.be
www.flamingogotsick.com
www.louniestadt.com/blog

CREATIEVE WEBSITES

- **www.pinterest.com:**
zoek en verzamel recepten, knutseltips, mode-inspiratie en andere ideeën om te proberen.
- **www.etsy.com:**
vind handgemaakte, vintage en andere unieke producten die uitdrukken wie jij bent.
- **www.welke.nl:**
op zoek naar inspiratie? Je vindt hier de lekkerste recepten, leukste wooninspiratie, meest creatieve zelfmaak-ideeën en nog veel meer.

LEUKE APPS

Een app is een klein computerprogramma, met meestal beperkte functies. Het is bestemd voor een smartphone of tablet zoals een iPhone of iPad.

- **Room for thoughts:** maak je eigen toevallige fotoboek door dagelijks een foto te trekken op een willekeurig moment
- **De Dagelijkse Gedachte:** verstuurt dagelijks ter inspiratie en bezinning een e-mail met een citaat, spreuk, quote of wijsheid
- **Snapchat:** het leven is leuker als je van elk moment geniet. Een grappige foto van jezelf of anderen versturen.

BOEKENTIPS

Het is altijd nu • Jeroen Walravens

De Lammeren • Mustafa Kör

Life on sneakers • Evi Renaux

Plan B • Evi Reneax

Me-time • Martine Prenen

Wreck this journal • Keri Smith

The artist way, vind je eigen inspiratie • Julia Cameron

**Groots en meeslepend leven, een ode aan de
dagelijkse sleur** • Lou Niestadt

Less is luxe, licht en avontuurlijk leven • Lou Niestadt



SCHRIJF HIER DE TITEL
VAN HET LAATSTE BOEK
DAT JIJ GELEZEN HEBT:

.....
.....