

MIJNweek



...in Andalusië voor vrouwen die mooie momenten willen verzamelen

"Ik heb intens genoten van de MIJN-week. Niks hoeven te regelen, niet nadenken, niet hoeven zorgen, geen haast! Het was zo fijn voor mij. Wat heb ik gelachen, soms een traantje gelaten, mooie en open gesprekken gehad met de andere vrouwen. Het programma was wat mij betreft in balans en alles heb ik met overgave en plezier kunnen beleven. De rust en ruimte heeft me ook goed gedaan. Echt een cadeau voor mijzelf. De finca is echt een paradijsje, het uitzicht en het licht is zo mooi. En wat heb ik 's ochtends genoten van de zon die opkwam achter de bergtoppen en het eerste kopje koffie voor mijn tent.

De persoonlijke aandacht, het thuis voelen, de warmte en gezelligheid tijdens het heerlijke eten, de activiteiten en tussendoor hebben mij goed gedaan. Ik vertrek met positieve energie, inspiratie, een rustiger hoofd en ontspannen lichaam weer naar huis. En met de intentiekaartjes in mijn tas natuurlijk. Dank jullie wel daarvoor."
-Sophie, deelneemster van de MIJN-week in 2019-

Welke mooie momenten ga je tijdens jouw Mijn week verzamelen?

- Een mooi autoritje door de natuur en langs de meren van Ardales. Daarna de **Caminito del Rey** wandelen. De adembenemende omgeving met een beetje avontuur is een geweldige beleving.
"Wandelen is de haast uit je hoofd halen en kijken wat er over blijft"
- In de frisse lucht een **massage** ontvangen naar keuze met ayurvedische oliën die bij jou passen.
"Er zit meer wijsheid in je lichaam, dan in de diepste filosofieën"
- Samen op het land deelnemen aan de **meditaties** om de dag rustig te beginnen.
"Als we onze adem vrijlaten, ontspannen we onze emoties en laten we spanningen in ons lichaam los"
- Heerlijke middag naar het **strand en de zee**, voeten in het zand, haren in de wind, zon op jouw huid. En geef mee aan de zee wat niet meer van jou is.
"Wacht niet op een plezierige dag, maak er gewoon eentje"
- Ga gezellig aan de lange tafel op het terras zitten. Een intentie neerzetten voor een dag, maand of de rest van 2022. Deze bewuste positieve gedachte, wens of doel ga je bekrachtigen en in beeld brengen door creatieve **intentiekaartjes** te maken van zelfgemaakte foto's. Een creatief middel om jouw intentie te bekrachtigen en te visualiseren.
"Goede intenties zijn organisch, ze bloeien bij aandacht en verwelken bij verwaarlozing"
- Het is een bijzondere ervaring om een heldere boodschap te ontvangen van jouw hogere bewustzijn. Dat is een **soulreading**, niks meer en niks minder. Het geeft inzicht en erkenning voor wie je bent.
"Hoe stiller het wordt, hoe meer je kan horen"

Ook is er voldoende ruimte om lekker te luieren bij het zwembad, lezen in de hangmat, kletsen onder het genot van een Spaans drankje, samen muziek luisteren, een spel met inzichtkaarten doen, slenteren door de straten in Malaga. Waar jij zin in hebt of behoefte aan hebt.

In ieder geval een week die *jou* gaat verwennen.





Handige info

WAAR?

De MIJN-week beleef je in en rondom finca Alegria de la Vida. Een bed and breakfast in de natuur, vlakbij het dorp Pizarra in Andalusië. Op slechts een half uurtje rijden van het vliegveld in Malaga

WIE?

Voor alle vrouwen die zin hebben in een weekje voor zichzelf, alleen of juist graag met een vriendin, collega, zus, dochter of moeder.

WANNEER?

De MIJN-weeken van 2022 zijn van 4 juni t/m 9 juni en van 9 oktober t/m 14 oktober

WAT?

Tijdens de MIJN-week ontvang je:

- natuurlijk alle mooie momenten uit het programma
- vervoer van en naar het vliegveld in Malaga
- welkomstdrankje met wat lekkers
- 5 overnachtingen in een glampingtent of gastenkamer met 2 personen
- elke dag ontbijt, lunch en diner
- water, koffie en thee
- vervoer voor het doen van de activiteiten
- lekkere en leuke verwennerijen

De investering voor de MIJN-week is 889,00 euro, bij aanmelding voor 1 maart 2022 is de prijs 839,00 euro.

Vicky, Bert en Margreet verheugen zich er op je te ontmoeten en nemen je graag mee voor een geweldig weekje op de finca.

Enthousiast geworden?

Wij sturen je graag een aanmeldingsformulier toe. Deze kun je aanvragen bij Margreet via e-mail info@fincaalegria.nl of telefoonnummer 0034 673221773. Appen mag ook. Als je behoefte hebt aan meer informatie kun je natuurlijk ook contact opnemen met Margreet.

