

VerduurSamen met Franciscus *naar een groene en geïnspireerde leefstijl*

Dat duurzaam leven belangrijk is, weet ieder van ons. Maar hoe doe je dat in praktijk?

We laten ons komend seizoen inspireren door Franciscus van Assisi. Wandelend met zijn broeders ontwikkelde hij zijn leefstijl: kwetsbaar, betrokken, eenvoudig en vredelievend leven en vooral leven uit de vreugde om je leven op deze mooie planeet dat je zomaar toevalt. We zullen ontdekken hoe je vanuit zijn thema's stappen kunt zetten om duurzaam te leven. Wat motiveert je om te verduurzamen, welke keuzen maken meer en minder verschil en hoe kun je verduurzamen en een eerlijke verdeling verbinden? We maken kennis met de Duurzame Ontwikkelings-Doelen en we krijgen vuistregels om je energiegebruik, eten, wonen, kleding en spullen te verduurzamen. We dromen ten slotte met een student sustainability (duurzaamheid) van een mooie duurzame toekomst.



Elke ochtend/avond maken we kennis met een thema van Franciscus door in gesprek te gaan en/of een meditatieve oefening te doen. We verkennen de waarden en werken ze praktisch uit met telkens een oefening voor geïnspireerd en duurzaam leven. Je zet ook praktische stappen. Zo bouw je je eigen groene en geïnspireerde leefstijl op. Je zult merken dat die jou net als Franciscus veel vreugde geeft! Het nieuwe cursusboek gemaakt door auteur Corinne Groenendijk verschijnt eind augustus en heet *VerduurSamen met Franciscus; naar een groene en geïnspireerde leefstijl*.

Deze cursus wordt zowel op donderdagochtend als donderdagavond gegeven. Twee groepen van maximaal 10-15 deelnemers, die samenkomen in de gemeentenzaal.

Leiding: Tjitske Hiemstra en Siena Cnossen (predikant PKN, alléén bij ochtendgroep).

Data: Donderdagochtend- en avond op 29 september, 27 oktober en 1 december (ook in het voorjaar volgen nog drie of meer bijeenkomsten).

Tijd: Ochtend 10.00 – 12.00 uur, Avond 19.30 – 21.30 uur.

Kosten: € 40 of € 50 euro, inclusief cursusboek en materiaal voor thuis. (Alles wordt duurder, vandaar dat deze cursus een tientje goedkoper wordt dan eerder aangegeven. Mocht dit bedrag alsnog een bezwaar zijn, neem dan contact op met Tjitske).

Koffie en thee zijn inbegrepen, evenals de begeleiding.

Opgave en inlichtingen: Tjitske Hiemstra (☎ 058 – 267 26 82 of per e-mail ✉ tj.hiemstra@hetnet.nl)