

Stiltedag in Domein Meersdael

Een Contemplatieve Wellness Ervaring in een Mindfulness
Gemeenschap

DATE

October 25, 2025

LOCATION

Domein Meersdael

FOCUS

Silent Meditation & Retreat

Inhoudsopgave

Wat Je Mag Verwachten

Praktische Informatie

- Datum & Tijd
- Locatie
- Jouw Investering
- Inschrijven & Contact

Begeleiding

- Philippe Leyns



Stilte dag in Domein Meersdael

Moerbeke-Waas – Dinsdag 17 maart 2026

Leef je in een wereld die nooit lijkt stil te staan? Voel je de roep naar een moment van pure rust? Deze stilte dag is een liefdevolle uitnodiging aan jezelf: een dag om te vertragen, te ademen en te luisteren naar de fluistering van je eigen hart.

Samen scheppen we een oase van rust. Een veilige en warme bedding waarin je helemaal niets 'moet'. Je mag er gewoon zijn, precies zoals je bent, met alles wat er op dat moment is.

Dit is een unieke kans voor professionals als voor iedereen die wil transformeren.

Of je nu werkzaam bent in de zorg, als therapeut of leidinggevende, of simpelweg een diep verlangen voelt naar innerlijke rust, je bent van harte welkom. In de stilte vallen rollen en verwachtingen weg en zijn we simpelweg mens, samen.

Wat je mag verwachten

- ✓ Een volledige dag gedragen door stilte, met zorgzame en professionele begeleiding.
- ✓ Verzachtende, lichaamsgerichte oefeningen en meditaties om dieper in jezelf te landen.
- ✓ Inspirerende momenten voor reflectie, zelfzorg en mildheid.
- ✓ Een mindful wandeling in de prachtige natuur rond het kasteeldomein.
- ✓ Een gezonde, met liefde bereide lunch en verwarmende drankjes doorheen de dag.

Stilte is een poort naar je innerlijke wereld. Ze laat je thuiskomen bij jezelf, verzacht, heelt en brengt helderheid.

“Stilte is eenvoudig — en tegelijk een bron van rijkdom. Ze heelt lichaam, geest en ziel.”

Praktische Informatie

Datum & Tijd

Dinsdag 17 maart 2026

Aankomst vanaf 8u30 – Start om 9u30 – Einde om 16u30

Locatie

Kasteeldomein Meersdael

Moerbeke-Waas, België

Jouw Investering

€80

Early Bird Tarief

bij inschrijving vóór 31 december
2025

€90

Standaard Tarief

bij inschrijving vanaf 1 januari
2026

(Prijs is inclusief begeleiding, gezonde buffet-lunch, koffie, thee en water)

Inschrijven & Contact

Verzeker je plek door een e-mail te sturen naar:

info@doorbergendal.be

of bel naar **0479 80 58 52**

Vermeld graag de naam deelnemers + vlees, veggie of vegan bij je inschrijving.

Begeleiding

Philippe Leyns

Verpleegkundige, therapeut en ervaren mindfulnessstrainer.

Philippe creëert met warmte en deskundigheid een veilige ruimte waarin je volledig kunt ontspannen en je eigen proces kunt ervaren.

Je bent welkom, precies zoals je bent.