



## DURF TE VRAGEN

Samen weten we meer dan alleen. “Durf te vragen” brengt mensen en wensen bij elkaar met als resultaat dat personen, die elkaar amper kennen, elkaar helpen dromen waar te maken en ambities te realiseren. Wat is “durf te vragen”? Tijdens een workshop gaan 8 tot 12 deelnemers gedurende een dagdeel aan de slag met elkaars vragen/ wensen en aan het einde van zo'n sessie gaat iedereen naar huis met een berg tips, trucs, ideeën en contacten. Werknemers, particulieren, werkzoekenden, ondernemers, zzp'ers en studenten, kortom: iedereen is welkom!

Durf te vragen is gebaseerd op enkele principes. Dit zijn er een paar: Mensen vinden het leuk een ander te helpen; groei begint met geven; het stellen van de juiste vraag levert het beste resultaat; waarde uitwisselen genereert zijn eigen energie. Heb je een vraag / probleem/ droom of project waar je wel wat hulp bij kunt gebruiken?; Wil je je kennis/ ervaringen en/of netwerk delen met anderen?; Heb je zin in een energy-boost en een enerverende ervaring? Het kan allemaal! Je kunt altijd meedoen, zelfs het hebben van een eigen vraag is niet noodzakelijk. Wat neem je mee naar huis? Naast een bijzondere ervaring neemt elke deelnemer tips, trucs, ideeën en contacten mee naar huis en ben je een stuk verder in de richting van je droom. Aantal deelnemers 8 tot 12.

### Najaar 2024

Begeleiding: Stefanie Receveur, bedrijfsmaatschappelijk werker; trainer; coach, lid stiltekamercommissie

Data: 14-11-2024

Tijd: 13:00-17:00 uur

Locatie: 't Groenewold, Begijnengang17

Kosten: € 10,- p.p.

Aanmelden: voor 12-11

via [administratie@st-groenewold.nl](mailto:administratie@st-groenewold.nl)

of tel 077-354 66 89



## RANDA'S KITCHEN PROLONGATIE

Randa komt uit Syrië en haar passie is koken. In het restaurant van haar opa en oma was ze vaak te vinden en heeft ze veel geleerd. In Nederland is alles anders, totdat ze zich herinnert: “waar ik vroeger plezier aan beleefde, kan ik hier ook doorgeven”. Randa maakt de heerlijkste gerechten uit de Arabische wereld. Velen hebben dit inmiddels ervaren. Nu krijg je wederom de kans om dit onder haar begeleiding zelf te maken.

Voor deze workshop zijn de ingrediënten aanwezig. De deelnemers koken onder begeleiding van Randa en gaan vervolgens samen aan tafel. Na de maaltijd hoort het erbij om samen af te was- sen en op te ruimen.

Mensen die de vorige keer van ons hebben gehoord dat ze op de wachtlijst staan, krijgen nu voorrang en dienen zich, vanwege de nieuwe data, opnieuw aan te melden.

DATA: 28-11 en 12-12-2024

TIJDSTIP: 18:00 - 22:30 uur

KOSTEN: € 25, per avond per deelnemer

Heeft u bepaalde dieetwensen en/of allergieën, meld het ons.



## NIEUWS VAN St. FRANCISCAANSE VOETTOCHTEN

### Bezinningsweek in de bergen bij het Ortameer in Italië

Wat: Een stille week om tot jezelf te komen.

Mee leven op basis van het gebedsritme van de broeders in Monte Mesma met aandacht voor: Yoga, mediteren, koorgebed, wandelen en bezinning via teksten van Franciscus. Iedereen krijgt een eigen 'kloostercel'. Onder verantwoordelijkheid van Mattie Jeukens ofm  
Plaats: Franciscaans klooster Monte Mesma in Noord Italië bij het Ortameer

Vertrek: vanaf de pastorie, Voltastraat 45 in Maastricht (naast de kerk)  
Infoavond: 22-4-2025 om 19:30 uur, in de sacristie OLV van Lourdeskerk, Voltastraat, Maastricht  
DATUM: maandag 9-6-2025 t/m zondag 15-6-2025  
KOSTEN: € 675,00 reis en verblijf inbegrepen, er wordt voor ons gekookt  
Deelnemers: maximaal 18

## FRESCO KUNST

Wat: 5 Lezingen over fresco-kunst in de 40-dagentijd.  
De onderstaande thema's staan centraal op de genoemde avonden. Het kan een goede voorbereiding zijn op een mogelijke fresco-kunstreis in september 2025. De lezingen worden verzorgd door Mattie Jeukens ofm

DATA:

17-3-2025 : De techniek van frescoschilderen  
24-3-2025 : Geliefde thema's  
31-3-2025: De verwerking van de actualiteit in de fresco's  
7-4-2025: De ontwikkeling van het moderne individu  
15-4-2025: Het lijden, laatste avondmaal en opstanding  
TIJD: 19.00 tot 20.00 uur in de sacristie van de OLV van Lourdes, Voltastraat, Maastricht.  
KOSTEN: een vrije gave

Deze lezingen zijn een voorbereiding op een mogelijke frescoreis bij voldoende belangstelling van zondag 14-9 t/m zaterdag 20-9-2025, dat doorgang krijgt met vereiste aantal deelnemers 8 personen.

## MOOS KRINGEN

Maak kennis met Letskring Moos in Groot Venlo

Bij Letskring Moos draait het om elkaar helpen en samen leuke dingen doen. Wij zijn een groep mensen die goederen, diensten en kennis met elkaar ruilen, zonder dat er geld aan te pas komt. Het gaat bij ons niet om geld, maar om goede contacten en elkaar beter leren kennen. Alles mag, maar niets moet. Je bepaalt zelf hoe en wanneer je meedoet. Leden helpen elkaar met kleine klusjes, zoals een kledingstuk verstellen, een boodschap doen, een muurtje schilderen, maar we doen geen grote projecten zoals een heel huis schilderen. We richten ons vooral op het sociale aspect: samen iets betekenen voor elkaar en gezelligheid vinden in activiteiten die we samen organiseren. Zo ontstaan er ook waardevolle vriendschappen.

Spreekt dit je aan? Dan nodigen we je uit om lid te worden van Letskring Moos en te ontdekken hoe fijn het is om bij een groep te horen waar mensen om elkaar geven en elkaar helpen. Liever eerst meer informatie? Kijk op onze website: [www.letskringmoos.nl](http://www.letskringmoos.nl) of bel 06-27180456.

## AGENDA

15 maart 2025 opschoonactie  
22 maart 2025 Tuindate dag