

Toe maar.
Ga maar.
Leef maar.

Hoe dan?

HOUSE OF ICHŌ KAIROS

me-treat voor vrouwen na kanker

een dag voor je zelf
om stil te staan
te voelen
te delen

je bent welkom

lieve groet van Brigitte en Imma

zaterdag 4 november 2023
De Hoorneboeg, Hilversum

meer weten? www.kairosdagboek.nl

HOUSE OF ICHŌ KAIROS



Brigitte



Imma

HOUSE OF ICHŌ KAIROS

wat gaan we doen?

soms valt er niets te doen
is het de kunst om er te 'zijn'

wij helpen je om daar te komen

ochtend

- ont-moeting
- meditatie
- kaarsenritueel

gezonde lunch

middag

- (stilte) wandeling in de natuur
- creatie: schrijven, tekenen, mandala
- sisterhood



HOUSE OF ICHŌ KAIROS