

Beste Buurtbewoner,

We zijn dankbaar dat u, de mensen van **Vogelhorst 1**, voldoende geld bijeengebracht hebben om voor de komende 3 jaar de AED's op de Nachtegaallaan in stand te houden. (± € 6.000,-) De vrijwilligers van de Kern zullen de noodzakelijke wekelijkse controles blijven uitvoeren en zorgen voor eventuele reparaties en updates. Het is tegenwoordig helaas niet meer vanzelfsprekend om gezamenlijk verantwoordelijkheid te nemen voor de directe woon omgeving, maar u heeft dit gelukkig wel gedaan! *(De BAH organiseert de AED's in Vogelhorst 2.)*

Zoals u waarschijnlijk weet zijn er twee stichtingen gevestigd op de Koekoeklaan 2, het **OntmoetingsHuis de Kern** en de stichting **Om-Shanti**, de eerste houdt zich vooral bezig met onderwerpen die te maken hebben met onze buurt, we stellen ruimtes beschikbaar voor vergaderingen en lezingen van niet "commerciële" activiteiten, we hebben een luisterend oor voor mensen die ondersteuning nodig hebben bij het dagelijks leven en indien nodig helpen we bij het initiëren van een zorgnetwerk, doorverwijzingen, ziekenhuisbezoek, enz. (zie website) Dit alles gebeurt op een niet commerciële basis, hoogstens tegen een onkostenvergoeding aangezien wij allen al veel geld stoppen in het laten functioneren van het pand en we inmiddels vrijwel allemaal met pensioen zijn en de oplopende energiekosten ook ons belasten. *(We zijn inmiddels tussen de 65 en 80+ jaar en met name de avondactiviteiten zijn een behoorlijke uitdaging, gelukkig helpen de meeste mensen die de ruimte gebruiken ons wel met het opruimen en schoonmaken van het pand, maar nieuwe vrijwilligers blijven altijd welkom.)*

Alle activiteiten vinden plaats in onze "huiskamers" die wij als particulieren beschikbaar stellen voor u als buurtbewoner. Op de website <https://www.dekernontmoetingshuis.nl> kunt u zien wie we zijn en wat we precies doen. Tevens kunt u hier uw "verhalen" kwijt, want we geven graag aandacht aan zaken die u belangrijk vindt voor onze buurt. In de komende jaren zullen we regelmatig bijeenkomsten blijven organiseren rondom thema's als de grote veranderingen in de gezondheidszorg, hoe kunnen we elkaar blijven helpen met het ouder worden en delen we onze ervaringen en inzichten rondom dementie (levend verlies), wat is de zin van m'n leven nu ik bepaald word door beperkingen, hoe ga ik om met het sterven en de dood, enz. We blijven onze levenservaring en expertise inzetten voor de medemens en we doen dit mede omdat de meeste van ons uit de zorg en of hulpverlening komen.

De Kern OntmoetingsHuis: Koekoeklaan 2
1343 AM, Almere Hout - Tel: 036 - 5402879



Mobiel: 06 - 20605354 - Bezoek na afspraak
E-mail: dekernalmerehout@upcmail.nl

Beste Buurtbewoner,

We zijn dankbaar dat u, de mensen van **Vogelhorst 1**, voldoende geld bijeengebracht hebben om voor de komende 3 jaar de AED's op de Nachtegaallaan in stand te houden. (± € 6.000,-) De vrijwilligers van de Kern zullen de noodzakelijke wekelijkse controles blijven uitvoeren en zorgen voor eventuele reparaties en updates. Het is tegenwoordig helaas niet meer vanzelfsprekend om gezamenlijk verantwoordelijkheid te nemen voor de directe woon omgeving, maar u heeft dit gelukkig wel gedaan! *(De BAH organiseert de AED's in Vogelhorst 2.)*

Zoals u waarschijnlijk weet zijn er twee stichtingen gevestigd op de Koekoeklaan 2, het **OntmoetingsHuis de Kern** en de stichting **Om-Shanti**, de eerste houdt zich vooral bezig met onderwerpen die te maken hebben met onze buurt, we stellen ruimtes beschikbaar voor vergaderingen en lezingen van niet "commerciële" activiteiten, we hebben een luisterend oor voor mensen die ondersteuning nodig hebben bij het dagelijks leven en indien nodig helpen we bij het initiëren van een zorgnetwerk, doorverwijzingen, ziekenhuisbezoek, enz. (zie website) Dit alles gebeurt op een niet commerciële basis, hoogstens tegen een onkostenvergoeding aangezien wij allen al veel geld stoppen in het laten functioneren van het pand en we inmiddels vrijwel allemaal met pensioen zijn en de oplopende energiekosten ook ons belasten. *(We zijn inmiddels tussen de 65 en 80+ jaar en met name de avondactiviteiten zijn een behoorlijke uitdaging, gelukkig helpen de meeste mensen die de ruimte gebruiken ons wel met het opruimen en schoonmaken van het pand, maar nieuwe vrijwilligers blijven altijd welkom.)*

Alle activiteiten vinden plaats in onze "huiskamers" die wij als particulieren beschikbaar stellen voor u als buurtbewoner. Op de website <https://www.dekernontmoetingshuis.nl> kunt u zien wie we zijn en wat we precies doen. Tevens kunt u hier uw "verhalen" kwijt, want we geven graag aandacht aan zaken die u belangrijk vindt voor onze buurt. In de komende jaren zullen we regelmatig bijeenkomsten blijven organiseren rondom thema's als de grote veranderingen in de gezondheidszorg, hoe kunnen we elkaar blijven helpen met het ouder worden en delen we onze ervaringen en inzichten rondom dementie (levend verlies), wat is de zin van m'n leven nu ik bepaald word door beperkingen, hoe ga ik om met het sterven en de dood, enz. We blijven onze levenservaring en expertise inzetten voor de medemens en we doen dit mede omdat de meeste van ons uit de zorg en of hulpverlening komen.

De Kern OntmoetingsHuis: Koekoeklaan 2
1343 AM, Almere Hout - Tel: 036 - 5402879



Mobiel: 06 - 20605354 - Bezoek na afspraak
E-mail: dekernalmerehout@upcmail.nl

Nieuwe website Om-Shanti

Na jaren van intensieve voorbereiding is het eindelijk zover, de nieuwe website van Om-Shanti gaat dit jaar online en vormt dan niet langer een onderdeel van de website van de Kern. Indien er echter onderwerpen zijn die beide stichtingen betreffen, dan zullen er verbindende links worden geplaatst. Na bijna 50 jaar bezig te zijn met de essentie van de Yoga en Vedanta filosofie en de praktische relevantie voor het dagelijks leven in het Westen, zijn we blij dat steeds meer onderzoekcentra en universiteiten zich in deze onderwerpen verdiepen.

Het gaat er dan niet alleen om de Hatha Yoga te gebruiken als middel tot ontspannen en ontstressen, maar om te ontdekken waardoor we ontregelen, hiervoor bestaan nog vele andere vormen van Yoga. Tevens is onze digitale bibliotheek vrijwel klaar en stellen we deze beschikbaar voor geïnteresseerden; hierin vindt u o.a. duizenden onderzoeken m.b.t. het effect van de authentieke Yoga technieken op een 90 tal ziektebeelden. Dit betekent niet dat ze hierdoor allemaal genezen kunnen worden, of dat u geen gebruik meer hoeft te maken van de gangbare allopathische geneeskunde, maar wel dat er zinvolle wetenschappelijk getoetste methodes bestaan die een waardevolle aanvulling kunnen vormen. Voor veel mensen is religie niet langer de enige bron van spirituele kennis en inspiratie om met vertrouwen te leven en te ontdekken wie we zijn en waarom we leven.

Er zijn "nieuwe" antwoorden nodig op de belangrijke existentiële levensvragen en toegang tot onze intuïtie, ons Hart en kennis van de authentieke Vedanta filosofie als richtlijn voor het dagelijks leven. De website bevat inmiddels vele honderden pagina's die u hierbij kunnen helpen, en daarom start er volgend jaar ook een nieuwe internationale Yoga en Vedanta academie, die naast de bekende studievakken (zie website), mensen zal opleiden tot een Leraar die leerlingen dagelijks kan begeleiden bij het realiseren van hun spirituele Yoga aspiraties. *Voor een soepele communicatie zijn er nieuwe email adressen beschikbaar, zie hieronder.*

info@om-shanti.org	- Voor algemene informatie en afspraken
library@om-shanti.org	- Voor informatie over de digitale bibliotheek
contact@om-shanti.org	- Voor communicatie met bestaande contacten
support@om-shanti.org	- Voor info over de stichting Steunfonds Om-Shanti
academy@om-shanti.org	- Voor vragen rondom de Yoga en Vedanta academie
education@om-shanti.org	- Voor informatie over het doorlopende studieprogramma



Nieuwe website Om-Shanti

Na jaren van intensieve voorbereiding is het eindelijk zover, de nieuwe website van Om-Shanti gaat dit jaar online en vormt dan niet langer een onderdeel van de website van de Kern. Indien er echter onderwerpen zijn die beide stichtingen betreffen, dan zullen er verbindende links worden geplaatst. Na bijna 50 jaar bezig te zijn met de essentie van de Yoga en Vedanta filosofie en de praktische relevantie voor het dagelijks leven in het Westen, zijn we blij dat steeds meer onderzoekcentra en universiteiten zich in deze onderwerpen verdiepen.

Het gaat er dan niet alleen om de Hatha Yoga te gebruiken als middel tot ontspannen en ontstressen, maar om te ontdekken waardoor we ontregelen, hiervoor bestaan nog vele andere vormen van Yoga. Tevens is onze digitale bibliotheek vrijwel klaar en stellen we deze beschikbaar voor geïnteresseerden; hierin vindt u o.a. duizenden onderzoeken m.b.t. het effect van de authentieke Yoga technieken op een 90 tal ziektebeelden. Dit betekent niet dat ze hierdoor allemaal genezen kunnen worden, of dat u geen gebruik meer hoeft te maken van de gangbare allopathische geneeskunde, maar wel dat er zinvolle wetenschappelijk getoetste methodes bestaan die een waardevolle aanvulling kunnen vormen. Voor veel mensen is religie niet langer de enige bron van spirituele kennis en inspiratie om met vertrouwen te leven en te ontdekken wie we zijn en waarom we leven.

Er zijn "nieuwe" antwoorden nodig op de belangrijke existentiële levensvragen en toegang tot onze intuïtie, ons Hart en kennis van de authentieke Vedanta filosofie als richtlijn voor het dagelijks leven. De website bevat inmiddels vele honderden pagina's die u hierbij kunnen helpen, en daarom start er volgend jaar ook een nieuwe internationale Yoga en Vedanta academie, die naast de bekende studievakken (zie website), mensen zal opleiden tot een Leraar die leerlingen dagelijks kan begeleiden bij het realiseren van hun spirituele Yoga aspiraties. *Voor een soepele communicatie zijn er nieuwe email adressen beschikbaar, zie hieronder.*

info@om-shanti.org	- Voor algemene informatie en afspraken
library@om-shanti.org	- Voor informatie over de digitale bibliotheek
contact@om-shanti.org	- Voor communicatie met bestaande contacten
support@om-shanti.org	- Voor info over de stichting Steunfonds Om-Shanti
academy@om-shanti.org	- Voor vragen rondom de Yoga en Vedanta academie
education@om-shanti.org	- Voor informatie over het doorlopende studieprogramma

