

## Praktische informatie Zweethutdag

**Adres:** Welkom vanaf 10 uur bij Centrum Avalon, Veenakkerweg 5, 2635 NC Den Hoorn. Deze plek is lastig te bereiken met het OV, dus als je het ons laat weten, kun je met de auto opgehaald worden bij de bushalte in de buurt.

**Programma:** Start om half 11. Zorg dat je op tijd bent, zodat we met elkaar de dag kunnen starten. De Ceremonie zal ongeveer de hele dag duren. We proberen rond 18 uur de Ceremonie in de hut afronden, zodat er voor een ieder nog tijd is om te douchen en iets te eten met elkaar. Wij zorgen voor een stevige, biologische, vegan en glutenvrije soep en een idem salade. Na de maaltijd ruimen we nog de dekens van de hut met elkaar op. Rond 20 uur zou je kunnen vertrekken.

**Mee:** Neem voldoende droge doeken mee (grote badhanddoeken of omslagdoeken) om op te zitten en om te slaan in of buiten de hut! (Er zijn 4 rondes). Badjas kan ook voor buiten de hut en slippers is handig aan en uit te doen voor en na de hut. Je bent vrij om bloot of bedekt de hut in te gaan. De hut is gemengd. Denk ook aan spullen voor op het altaar van de hut. Het verleent kracht aan de hut en jouw spullen worden ook opgeladen aan de energie van de hut. Verder wil ik jullie vragen 1 presentje mee te nemen voor onze vuurvrouw. Als je een drum of ratel hebt is het fijn om die mee te nemen om te gebruiken tijdens de steneceremonie. Zorg dat je ook zelf iets te eten bij je hebt voor overdag, licht eten is fijn, waterflesje ook. Wij zorgen voor thee, koffie en wat lekkers en de heerlijke biologische soep na afloop.

Zorg dat je met je kleding en schoenen voorbereid bent op eventuele regen of kou.

Met vriendelijke groet, ook namens vuurvrouw Annewien,

Tineke.

Ruimte Voor Ontwikkeling M: +31651477179

E: [Tineke@ruimte-voor-ontwikkeling.nl](mailto:Tineke@ruimte-voor-ontwikkeling.nl) <http://ruimte-voor-ontwikkeling.nl>