



4. november 2022

HJERTERUM F.M.B.A. - GULDSMEDGADE 26B, 8000 AARHUS - HJERTERUM@HOLISTISK.ORG



Autumn is a
second spring
when every leaf
is a flower.

- *Albert Camus*

Nyhedsbrev nov. 2022

Så er der et nyt nyhedsbrev til dig om alt, hvad der sker i vores fælles forening, Hjerterum.

Oversigt

- ♦ Arrangement for nye medlemmer
- ♦ 10 gratis billetter udbydes til koncerten "Altid elsket d. 19. nov. i Skt. Lukas Kirke i Aarhus C
- ♦ Yoga i Hjerterum på alle hverdage
- ♦ Fællesspisninger for alle
- ♦ Filmaften
- ♦ Generelt nyt om foreningen



Arrangement for nye medlemmer

11. jan. 2023, kl. 19-21

Bestyrelsen byder nye medlemmer velkommen til Hjerterum med et uformelt og gratis møde med en forsmag på, hvad Hjerterum byder på; kort breathwork og syngeskåle-healing.

Tilmelding på mailen: hjerterum@holistisk.org



Vind en billet

19. nov. 2022

Vil du vinde en gratis billet til en værdi af 225,- til "Altid elsket"-koncerten d. 19. nov. kl. 19-21.30 i Skt. Lukas Kirken?

Så deltag i lodtrækningen om 10 gratis billetter ved at sende en mail til hjerterum@holistisk.org med dit navn, din mailadresse, og dit tlf.nr. Så trækker vi lod fredag d. 11. nov. og giver dig besked med det samme. Se begivenheden på [Facebook](#).



Yoga i Hjerterum

Alle hverdage

Vidste du, at du som medlem af Hjerterum kan få GRATIS YOGA på alle hverdage?

Vi har nemlig 5 skønne yogalærere i Hjerterum, som elsker at holde rum for, at du kan få indre ro, balance og flow i dit liv

Læs mere om de forskellige yoga-sessioner på [Hjerterum](#) eller på vores hjemmeside www.holistisk.org



Fællespisninger for alle

4. nov., 14. nov., 1. dec. og 18. dec. 2022

Vi har flere gange ændret på formen af fællespisninger. Senest fik vi et venligt praj fra et medlem om, at hun savnede, at fællesspisninger var åbent for alle - også ikke-medlemmer.

Derfor har vi besluttet, at vi holder fællesspisninger åbent for alle, men at man som ikke-medlem betaler 50,- for at deltage.

Gratis for medlemmer / 50,- for ikke-medlemmer



Filmaften

27. nov. 2022

Vi viser film med et dybere formål - nemlig at se på de tanker og følelser, som filmen vækker i os.

Filmen vil blive brugt til at tydeliggøre vores forskellige historier og projektioner og give plads til at lade følelserne komme op og blive forløst. Når vi identificerer os med karaktererne i filmen, kan vi lære meget om lære os selv - og det er hele ideén. Café Hjerterum vil være åben, så du kan købe noget varmt eller koldt at drikke og smage vores lækre veganske kager! ☕🍰💕

Gratis for medlemmer / 150,- for ikke-medlemmer



Kirtan

28. nov. 2022

Velkommen til en aften som står i sangens & hjertets tegn. Vi lader stemmer og hjerter åbne sig for vores indre kærlighed ved at synge sammen.

Sita Bøcker Hou Peter Hou, Pia Hollund og Isira Marie Havndrup vil lede forskellige sange, som vi kan synge med på.

Gratis for medlemmer / 150,- for ikke-medlemmer