

NIEUWSFLITS



Beste stiltevriend(in), welkom bij het lezen van deze Nieuwsbrief over de 14de editie van de Dag van de Stilte die dit jaar op zondag 27 oktober gaat plaatsvinden.

Landelijke Dag van de Stilte zondag 27 oktober



Op de Dag van de Stilte wordt in Nederland en Vlaanderen aandacht gevraagd voor het grote belang van stiltebeleving: stilte in de buitenwereld o.a. in de stad, in de natuur, innerlijke rust en stilte, voor individuen, in werksituaties, in onze samenleving voor b.v. het luisteren naar onszelf en anderen, het inleven elkaar...

We nodigen je dan ook van harte uit om op de Dag van de Stilte stilte te ervaren door aan een [aangeboden stilte-activiteit](#) mee te doen. Het beleven van stilte heeft een positieve uitwerking op

onze fysieke en psychische gezondheid, op hoe we met elkaar omgaan én op hoe we onze maatschappij samen vorm geven.

Landelijk Stilte-uur Dag van de Stilte zondag 27 oktober van 11.00 tot 12.00 uur

Ook dit jaar is er op de Dag van de Stilte weer een gezamenlijk landelijk Stilte-uur. Het stilte-uur is een uitnodiging om in dat uur stil te staan bij stilte en stil te zijn. Om alleen of samen met anderen te genieten van de stilte. In je huis, op je werk, binnen of ergens in de natuur of tijdens een stilte-activiteit die op vele plekken kan plaatsvinden.



Tijdens het **uur van de stilte** geeft Linda Rood een [\(online\) begeleide meditatie](#) over de kracht van stilte. Een stilte die in ieder van ons schuilt en die bedding geeft aan alles wat we ervaren. Een stilte die er altijd is, ook wanneer het druk is in ons hoofd. Of wanneer er veel geluiden zijn.

Linda Rood ontwikkelde het zelfonderzoek 'Vragen naar Vrijheid', dat ze beschrijft in haar boeken Van doen naar zijn en Het ja-gevoel (Uitgeverij Samsara) en in het kinderprentenboek Mees en de magische poort (Uitgeverij Bewust Zijn). Ze deelt inspiratie middels haar boeken en op sociale media en organiseert regelmatig bijeenkomsten en retraites.

Inspirerend stilte-drieluik op de Veluwe tijdens de Dag van de Stilte

zondag 27 oktober van 8.30 tot 12.30 uur



Lennard Jasper, Erik Roelofsen, en Petra Speelman drie bevrogen stilte-ambassadeurs bieden een veelzijdige stilte-activiteit aan op een mooie plek op de Veluwe. Er wordt gestart met een stiltewandeling door de natuur. Als we weer binnen in restaurant Fusion zijn, belichten Erik, Lennard en Petra verschillende aspecten van stilte en praten we samen met de deelnemers over het belang van stilte

als leef- en oerkwaliteit en hoe we hoeders van stilte kunnen zijn. Daarna volgt de lancering van de podcastserie 'Ssst. een podcast over stilte' >>> [Meer info + aanmelden](#)

Ssst. een Podcastserie over stilte

Lancering op Dag van de Stilte zondag 27 oktober ca. 12 uur



'Ssst, een podcast over stilte' is een serie podcasts van podcastmakers Joost van Pagée en Marieke van de Ven.

'Ssst' gaat over de verscheidenheid van stilte in al zijn vormen en gedaanten en over ook de vormloze stilte: Over het ontbreken van geluid, over het vinden van rust, over aandachtig luisteren, over de natuur en over de kunst van het niets doen... Joost is stiltezoeker, - beoefenaar en natuurcoach. Marieke is geluidskunstenaar bij audiocollectief Horens. >>>> [Lees meer](#)

Organiseer jij een stilte-activiteit? Meld 'm gratis aan voor 23 oktober a.s.!

Stilte verbindt ons met onszelf, met anderen, met de natuur... Op de Dag van de Stilte kunnen individuele mensen en organisaties een stilteactiviteit rond stilte, rust en ruimte organiseren.



Op de Dag van de Stilte kunnen individuele mensen en organisaties een stilte-activiteit rond de thema's stilte en rust (en ruimte) organiseren.

We nodigen je graag uit om dat zelf ook te doen.

Je kunt je activiteit nog **t/m 23 oktober** gratis aanmelden via het [aanmeldformulier](#) op de site. link Wij zorgen ervoor dat jouw activiteit bij het aanbod van stilte-activiteiten komt te staan.

Hoort, zegt het voort!

Op de [website](#) Dag van de Stilte vind je PR materialen om te downloaden en vrij te gebruiken voor promotie van de Dag van de Stilte. [PR middelen downloaden?](#) [Klik HIER](#)