

## Sæsonprogram 2023 - 24

*Se meget mere på [alternaturligvis.dk](http://alternaturligvis.dk)  
om alle arrangementerne og foredragsholderne*

### Skovtur i Gribskov (for medlemmer)

**Onsdag d. 16.08.2023**

**Vi mødes kl. 18.50 ved Det gamle posthus, Gilleleje Stationsvej 6.**

Vi vil gå stille og tavse igennem den første del af skoven. Derefter finder vi et sted, hvor vi kan meditere og afslutter med at slå os ned et sted, hvor vi kan nyde naturen og vores medbragte fortæring.  
Tovholder: Connie Hellensten

### Kan man leve af lys..af Prana..af luft?

**Mandag d. 04.09.2023**

**Foredrag v. Pia Hardenberg**

Nogle mennesker lever i bedste velgående uden at indtage fast føde overhovedet. Hvordan kan det lade sig gøre at leve uden at spise mad? Pia Hardenberg fortæller på spændende vis om fænomenet. Der vises mange slides for bedre at formidle dette emne, som kan være både tankevækkende og provokerende. Noget tyder på, at vi er på vej til at udvikle en helt ny bevidsthed om ernæring, end vi hidtil har kunnet forestille os.

### Stemmen og følelserne

**Mandag 02.10.2023**

**Foredrag v. Lisbeth Hultmann**

Når vi frigør følelserne gennem stemmen, giver det overskud, glæde og fornyet vitalitet. Hvordan kan vi bruge stemmen til at komme i bedre og dybere kontakt med vores følelser? Hvordan forvandle de såkaldt negative følelser til noget positivt? I musikken og sangens verden er det nærmest et krav, at alle slags følelser må være i spil, og vi kan få stor glæde at udtrykke dem alle og derved blive "ven" med dem. Lisbeth guider publikum med vanlig entusiasme i frigørende stemmeøvelser.

### Skab forandring via feltet

**Mandag d. 30.10.23**

**Foredrag v. Martin Rosenkilde**

Er du bevidst om hvor meget dine overbevisninger styrer dit liv? Er du så også klar over, at de mønstre kan forandres? Når du er helt klar og tager det vigtigste først, så kan et aktivt samarbejde med Feltet\* opløse selv gamle, 'fastgroede' overbevisninger. Feltet er også det vi kender som kvantefysik, og aftenens foredrag belyser dels et kort historisk tilbageblik om, hvad kvantefysik er, og giver et indblik i en moderne indføring i metoden til kvantefysiske transformationer.

### Om at tage ansvar for egen begravelse

**Mandag d. 27.11.2023**

**Foredrag v. Steen Leithoff**

Steen Leithoff er kirketjener og har ofte i denne forbindelse mødt pårørende, som er meget usikre over for, hvordan afdøde selv ville have ønsket sin bisættelse eller begravelse. Disse og mange andre tvivlsspørgsmål og usikkerheder skaber ofte konflikter og skænderier blandt de efterladte. Steen fortæller: "Jeg har været igennem en længere proces med at tage ansvar for planlægning af min egen begravelse. I foredraget får du min historie og samtidig inspiration, råd og vejledning til din egen proces."

### Nytårskur og historiefortælling

**Mandag d. 08.01.2024**

Vi starter året med Nytårskur, hvor vi ønsker hinanden godt nytår med bobler og lidt lækkerier. Derefter vil **Simon Simonsen** fortælle historier. Allerede som barn digtede Simon læsebogens tekster om til sine egne historier og klassekammeraterne lyttede måbende. Som medlem af ordkystfortællerne er hans fortælletalent vidt berømt, og han får os til at grine, gyse eller græde som historierne skrider frem. Simon er fuld af overraskelser, så kom og lyt.

### Hvordan bliver dit kommende år? (Vedisk astrologi)

**Mandag d. 05.02.2024**

**Foredrag v. Nicolay Zederlinn**

Hvis du vil vide lidt om, hvad dit kommende år kommer til at handle om, så deltag i denne begivenhed. Forfatter og astrolog Nicolay Zederlinn lægger et fælles horoskop for alle dem, som ser foredraget og tolker tendenser for fremtiden. På foredraget vil du også høre lidt om vedisk astrologi, og nogle af deltagerne får mulighed for en kort tolkning af deres horoskop på tavlen. Medbring præcist fødselstidspunkt, hvis du ønsker en tolkning.

Nicolay har beskæftiget sig med vedisk astrologi i mere end 30 år og er forfatter til flere bøger.

---

**Mandag d. 04.03.2024**

### Generalforsamling og Visionsaften

**Generalforsamling** (for medlemmer) kl. 19-20

**Visionsaften** (For alle) kl. 20 - 21.30

*Der vil blive serveret kaffe / the og lidt mundgodt*

**Mød op og få indflydelse på foreningens virke, aktiviteter og program.**

---

**OBS! Læs meget mere om foredragsholderne og de enkelte arrangementer på vores hjemmeside: [alternaturligvis.dk](http://alternaturligvis.dk)**

## Foreningen AlterNaturligVis

- er for dem, der

*"har sans for mere mellem himmel og jord"*

Foreningen, som blev stiftet den 10. april 2003, er en almennyttig forening, der har til formål at udbrede og fremme et holistisk livssyn. Den fungerer som en dialogplatform, hvor man gennem vores arrangementer kan møde ligesindede alternativt interesserede mennesker.

Foreningen har hjemsted i Gilleleje og har omkring 20 medlemmer

Foreningens aktiviteter består dels af **Foredrag** om holistiske emner samt **Interessegrupper** med studiekredse eller meditation.

### AlterNaturligVis arrangementer

foregår alle i Det Gamle Posthus

Gilleleje Stationsvej 6, 3250 Gilleleje

**Kl. 19 – 21.30**

**Lokale: Flygelstuen**

*OBS! Indgang fra Bøgebakken*

**Priser /Entre:**

**Foredrag: 100 Kr.**

(Gratis for medlemmer)

**OBS! Kun kontant betaling!**

## Medlemskab og information:

Man behøver ikke at være medlem for at deltage i Foreningens aktiviteter (undtagen Skovturen og Generalforsamlingen)

Men hvis du ønsker at melde dig ind, kan du:

- **enten** indbetale medlemskontingent via Netbank til:

**SparNord, Kontonr: 9213 0360 245 403\***

\* **Vigtigt: Husk at oplyse navn, adresse, tlf.nr. og evt. e-mailadresse på betalingen**

– **eller** melde dig ind ved et af vores foredrag og betale kontant.

Hvis du har spørgsmål ang. betalingen, kan du henvende dig pr. mail til:

**Kasserer, Kirsten Bakkegaard**

**Mail: [bkbakkegaard@gmail.com](mailto:bkbakkegaard@gmail.com)**

### Årskontingent (1.9.2023 - 31.8.2024)

**350 kr. pr. pers.\*\***

**Rabatpris for par: 600 kr.**

**\*\* Halv pris efter nytår**

Ved medlemskab er deltagelse i alle aktiviteter **GRATIS**

Desuden kan du deltage i den årlige Skovtur samt på Generalforsamlingen og få indflydelse på næste sæsons program og aktiviteter.

**Meget mere information på:**

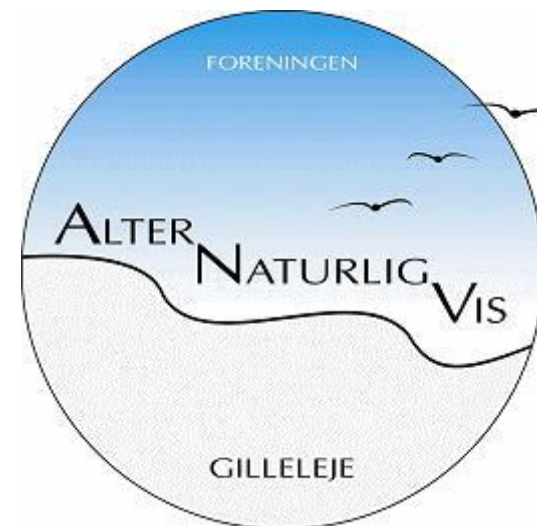
**[www.alternaturligvis.dk](http://www.alternaturligvis.dk)**

**Eller kontakt**

**Formand, Mariane Bagger Eriksen**

**Tlf. 24 65 18 44**

**Mail: [marianeeriksen@gmail.com](mailto:marianeeriksen@gmail.com)**



## Sæsonprogram 2023 - 24

**Foreningen  
AlterNaturligVis  
Gilleleje**

**Alle er velkomne!**