

Az Álomvölgy Meditációs Központ Alapítvány 2025 évben végzett tevékenysége

2026 évi terve

Az Alapítvány cél szerinti tevékenységének keretében 2024 évben az egészséges életmóddal kapcsolatos összejöveteleken, előadásokon 2620 fő vett részt. Élet- és gondolkodásmódbeli változtatáshoz nyújtott és nyújt segítséget a "Lelki Fejlődés I, II, III, IV" című kiadvány.

2025 év januárjától minden második héten csoportos meditációkat tartottunk két időpontban, melyen a résztvevők megtapasztalhatták a meditációval elérhető összpontosított nyugalmat és béke érzését, mely az adott személy testi-lelki-szellemi egészségét segíti, fejleszti.

Egyre nagyobb az igény Alapítványunk által nyújtott személyes konzultáción történő segítő tevékenységünkre is, melyet a szomszédos országokból érkezők is egyre nagyobb számban vesznek igénybe kéthetente előzetes jelentkezés alapján.

A sejtspanorulatos betegek számára szervezett és -én megtartott elvonulásokon szakpszichológus is segítette a résztvevőket a gyógyulási folyamatban. A résztvevők száma: 30 fő volt alkalmanként.

Kiskerti biokertészetünket 2025 évben is gondoztuk, fenntartottuk gyógy- és fűszernövények, valamint bio zöldségek, gyümölcsök számára. Ezen terményeket az egészséges étkezést megvalósító ételek és italok készítésének bemutatása során feldolgoztuk. Az elért eredmények - az egészség fenntartásával, helyreállításával kapcsolatosan - személyenként változó.

Az egészség fenntartásával, helyreállításával kapcsolatos közhasznú tevékenységünk eredménye személyenként változó.

Az alábbi előadásokat, tanfolyamokat, elvonulásokat tartottuk meg:

Bevezetés a meditációba: 2025.03.01.

Mit tehetünk magunkért: 2025-05-18.,

Életvitel felsőfokon: 2025-06-29.

Megbocsátás és elengedés: 2025.11.23.

Önismeret és párkapcsolat: 2025.10.26.

Teremtés I.: 2025.12.14.

Elvonulások:

Jóga Workshopok keretén belül alkalmanként 30 fő részére tudunk gyakorlási, fejlődési lehetőséget biztosítani az év során összesen 3 alkalommal.

2026 évi tervek

TANFOLYAMOK

- Teremtés II tanfolyam: 2026.02.15.
- Bevezetés a meditációba: 2026.03.01.
- Mit tehetünk magunkért: 2026.04.12.
- Életvitel felsőfokon: 2026.06.21.
- Bevezetés a meditációba: 2026.09.27.
- Párkapcsolat: 2026.15.24.
- Megbocsátás-elengedés: 2026.11.22.
- Teremtés I tanfolyam: 2026.12.13.

ELVONULÁSOK-Workshopok:

- 2026.03.20-22., 2026.09.18-20.
- Elvonulás sejtspanorulatos állapotúak részére: 2026.04.17-19., 2026.10.2-4.

Piliscsaba, 2026. május 01.

Balogh Béla kurátor