

Persbericht: Zondag 25 oktober: Dag van de Stilte



Ontdek de stilte midden in de Bossche binnenstad. De Grote Kerk biedt op zondag 25 oktober gratis activiteiten voor jong en oud tijdens landelijke Dag van de Stilte

's-HERTOGENBOSCH – De Bossche binnenstad staat bekend om haar levendigheid, gezellige terrassen en bruisende evenementen. Maar waar vind je nog rust en stilte tussen alle geluiden en drukte? Op zondag 25 oktober, de landelijke Dag van de Stilte, kunnen inwoners en bezoekers dat zelf ontdekken. Onder de titel *'Stilte in hartje stad voor jong en oud'* organiseren de Grote Kerk en Stilte in de Stad van 10.00 tot 13.30 uur een gevarieerd programma met gratis activiteiten voor alle leeftijden. We worden dagelijks overspoeld door geluiden, informatie en prikkels. We scrollen, klikken, kijken en luisteren, vaak zonder erbij stil te staan. Juist daarom is het belangrijk om af en toe bewust rust op

te zoeken. Stilte geeft ruimte om gedachten te ordenen, ervaringen te verwerken en spanning los te laten. Tijdens de Dag van de Stilte staat dit jaar het thema *'Stilte in dorpen en steden'* centraal. Want ook midden in een levendige stad als 's-Hertogenbosch is stilte vaak dichterbij dan je denkt.

Stilte beleven op verschillende manieren

In en rondom de Grote Kerk aan de Kerkstraat kunnen bezoekers op uiteenlopende manieren kennismaken met stilte. Zo is er *silent reading* in samenwerking met de Bibliotheek 's-Hertogenbosch, kunnen deelnemers in gezamenlijke stilte tekenen of ontdekken hoe ze meer rust kunnen brengen in hun dagelijks leven. Ook zijn er momenten van bezinning, zelfreflectie en gedeelde stilte.

Wie liever naar buiten gaat, kan deelnemen aan de stiltewandeling *'Rondje rust'*. Deze wandeling van ongeveer vier kilometer voert langs verrassend rustige plekken in de Bossche binnenstad. Onderweg helpen eenvoudige oefeningen om bewuster te luisteren, te vertragen en de omgeving op een andere manier te ervaren. De wandeling duurt ongeveer een uur en begint en eindigt bij de Grote Kerk.

Ook voor kinderen zijn er activiteiten. Met een geluidskaart kunnen zij in de omgeving van de kerk op zoek gaan naar geluiden en stille plekken. Daarnaast is er een geluidsexperiment waarbij deelnemers ontdekken hoe zij geluid zelf ervaren. Kinderen onder de twaalf jaar hebben bij de buitenactiviteiten een begeleider nodig.

Aandacht voor stilte in een drukke wereld

De Dag van de Stilte is een jaarlijks landelijk initiatief dat aandacht vraagt voor het belang van innerlijke rust én stilte in onze leefomgeving. Dorpen en steden worden steeds drukker en geluid is vrijwel overal aanwezig. Met activiteiten door heel Nederland wil de organisatie mensen laten ervaren wat stilte kan betekenen voor hun welzijn en hoe belangrijk het is om rustige plekken te behouden.

Iedereen is welkom

Het programma in de Grote Kerk begint om 10.00 uur met een dienst rondom de Dag van de Stilte, verzorgd door ds. Erica Scheenstra. Vanaf 11.00 uur is iedereen welkom voor koffie en thee. Om 11.45 uur vindt de officiële opening plaats en vanaf 12.05 uur kunnen bezoekers deelnemen aan de verschillende gratis stilteactiviteiten. Het programma eindigt om 13.30 uur.

Deelname is gratis en een vrijwillige bijdrage is welkom. Bezoekers kunnen ook zonder de voorafgaande kerkdienst aansluiten bij het programma.

Praktische informatie

Datum: zondag 25 oktober 2026

Tijd: 10.00 – 13.30 uur, inloop vanaf 11.00 uur en activiteiten vanaf 12.05 uur

Locatie: Grote Kerk, Kerkstraat 20, 's-Hertogenbosch

Toegang: gratis, vrijwillige bijdrage welkom

Organisatie: Stilte in de Stad en Grote Kerk 's-Hertogenbosch

Meer informatie: <https://dagvandestilte.nl/stilte-activiteiten/stilte-in-hartje-stad-voor-jong-en-oud/> en <https://stilteindestad.com/>

Noot voor de redactie (niet voor publicatie)

Voor meer informatie over de Dag van de Stilte:

Marian Timmermans – Stilte in de Stad <https://stilteindestad.com/stiltedenbosch@gmail.com>

06 39 49 68 69

Bram Botterman – Landelijk coördinator Dag van de Stilte

bram.botterman@nsg.nl

06 53 40 22 03

Jacqueline Koorenhof – PR & Media

info@dagvandestilte.nl

06 20 14 88 55

