



8-4-2020 Reiki 2 oefenavond
(online)

22-4-2020 - 5-5-2020 Meivakantie

14-5-2020 Reiki 2 oefenavond
(online)

4-6-2020 Cursus Magnetiseren en
intuïtief waarnemen Deel 1 19.00 -
22.00 uur

9-6-2020 i.p.v.14-4-2020
Workshop 'in contact
met je innerlijke kind'

11-6-2020 Cursus
Magnetiseren en intuïtief
waarnemen Deel 2 19.00 - 22.00
uur

25-6-2020 Cursus magnetiseren en
intuïtief waarnemen Deel 3 19.00 –
22.00 uur

9-7-2020 Cursus Magnetiseren en
intuïtief waarnemen Deel 4 19.00 -
22.00 uur

**I.v.m. de maatregelen voor het
coronavirus zal de
vrijdagmiddagcursus
Magnetiseren en intuïtief
waarnemen pas weer na de
zomervakantie starten!**

En zullen we in de maanden april
en mei de Reiki 2 oefenavonden
online gaan doen.

**De avond familieopstellingen van
dinsdag 19 mei wordt verzet naar
dinsdag 16 juni.**



Sta in Balans

Geldersebaan 33, Tegelen

www.sta-in-balans.nl 06-29323848 nicole@sta-in-balans.nl

Beste lezer,

Voor jullie ligt de nieuwsbrief van april en mei!

Ik ben blij dat ik jullie in deze moeilijke periode evengoed kan voorzien van mijn digitale nieuwsbrief.

Tijdens het schrijven realiseer ik me, dat ik op dit moment ook wel heel erg blij ben met de digitale mogelijkheden die we hebben waaronder de mail, whatsapp, skypen of videobellen om op deze manier contact te houden met elkaar en onze naasten.

Maar ik besef me ook dat het een periode is die voor velen onder ons ook wel erg lastig is, vooral als je hoog sensitief bent en het moeilijk vindt om met veranderingen om te gaan, waaronder ik mijzelf ook mag meerekenen. 😊

Ken je het gevoel alsof de wereld in één keer op zijn kop staat! Ik had het gevoel dat ik in een achtbaan zat die in één keer stil stond. Ik weet nog dat ik in lichte paniek dacht, en nu, hoe verder?

Maar ik besepte me ook vrij snel doordat ik stil stond, dat ik de rust kreeg die ik mij nooit nam, zittend in die snelle achtbaan, waardoor hetgeen wat ook heel belangrijk is een beetje naar de achtergrond was verdwenen. Ik zie nu dat deze periode ook een andere kant heeft, het zorgt namelijk voor verbinding, naastenliefde, zorgen voor elkaar, maar ook beter zorgen voor onszelf. Veel dingen die we door ons drukke leven soms vergeten om te doen, waar we nu in één keer (letterlijk) bij stil kunnen staan.

Er komt een tijd dat we het coronavirus overwinnen, en we weer verder kunnen gaan met ons leven zonder alle beperkingen. Maar hopelijk wel een leven met een heleboel nieuwe inzichten, meer liefde voor onszelf en liefde naar de ander.

Ik wens jullie allemaal veel kracht en een goede gezondheid toe!

Liefs Nicole



Actie april en mei

Ook in deze twee maanden wil ik graag een nieuwe actie houden!

Ik verloot in de maand april onder de nieuwsbrieflezers die aan deze actie mee willen doen, aan één van jullie een behandeling op afstand, of een telefonisch of online consult voor "twee personen" zoals hieronder beschreven. Dit is voor jezelf en een persoon naar keuze. Het mogen twee verschillende behandelingen zijn, afzonderlijk te besteden in de tijd dat de praktijk i.v.m. alle maatregelen van het RIVM nog dicht is.

Laat mij via de mail nicole@sta-in-balans.nl weten waarvan jij vindt dat iemand die je kent een behandeling kan gebruiken in deze moeilijke tijd. Dit kan een familielid, kennis, vriend, collega of iemand anders zijn. Zet in de mail waarom jij vindt dat die persoon juist nu een behandeling kan gebruiken. Zowel jij als de persoon in kwestie mag zelf kiezen welke behandeling hij of zij wil hebben. Vrijdag 17 april maak ik bekend wie de winnaar of winnares van deze actie is.

Behandeling op afstand

Tijdens een behandeling op afstand stuur ik de universele energie naar je toe en Reiki zal zijn werk gaan doen. De energie zal je gaan ondersteunen en behandelen daar waar het op dat moment nodig is.

Wanneer kun je kiezen voor een behandeling op afstand

- Bij lichamelijke klachten
- Voor rust en ontspanning
- Bij slaapproblemen

Adviesgesprek

Indien je met vragen zit of tegen problemen aanloopt waarbij je ondersteuning kunt gebruiken, of als je graag een behandeling of cursus/workshop wil doen maar niet weet welke voor jou geschikt zou kunnen zijn, dan is een adviesgesprek de uitkomst.

Tijdens een adviesgesprek kunnen we ook samen kijken naar wat er voor jou nodig is om je te helpen bij je groei en ontwikkeling. Tijdens een adviesgesprek zal ik ook een levensdoelkaart voor je trekken, die je eventueel kan ondersteunen bij het maken van bepaalde beslissingen en keuzes.



Systemisch interview

Een systemisch interview is een coaching gesprek waarbij een bepaald systeem in beeld wordt gebracht waar jij onderdeel van uitmaakt. Zo kun jij d.m.v. een systemisch interview ontdekken op welke plek jij staat, en of dit de juiste positie is. Er zijn verschillende systemen (gezin, familie, relatie, organisatie enz.)

Na een interview heb je vaak al genoeg inzichten gekregen, die ervoor zorgen dat de energie kan gaan stromen binnen dit systeem, waardoor patronen waar jij misschien last van hebt worden doorbroken, en kunnen oplossen. Deze techniek sluit ook heel goed aan op een energetische behandeling.

Pas allemaal goed op jezelf en jullie naasten!

Liefs Nicole X

Belangrijke mededeling

In verband met de maatregelen omtrent het coronavirus ben ik gesloten tot 1 juni voor alle behandelingen, cursussen en workshops gehouden in mijn praktijk.

Wel ben ik bereikbaar voor telefonische of online nazorg consult, adviesgesprekken, systemische interviews en behandelingen op afstand.

Ook ben ik telefonisch, via de mail en via de app bereikbaar om afspraken te maken of om informatie te verstrekken.



Weetjes

Wist je dat:

- **Het eten van champignons het immuunsysteem versterkt en infecties bestrijdt.**

Waarmee kun je nog meer je immuniteit ondersteunen:

- **Neem zonlicht op.**
- **Beweeg voldoende**
- **Drink voldoende water**
- **Kruiden en supplementen**
- **Zorg voor een gezonde darm**
- **Vermijd het gebruik van suiker**
- **Neem regelmatig een koude douche**
- **Zorg voor frisse lucht**
- **Zorg voor voldoende slaap en rust**
- **Meditatie en ontspannings-oefeningen**

