

Extra nieuwsbrief voor de maand juli



Lieve lezers, veel plezier bij het lezen van deze extra nieuwsbrief



Crystaljoy

Body & mind healing

www.crystaljoy.nl

Workshop bewust-zijn, hoe doe je dat?

Data: 8-15-22 Juli

Workshop op 3 woensdagavonden, met het thema : hoe ben je bewust van je eigen kracht? Hoe blijf je bij jezelf in stressvolle situaties? Wat kun je doen om jezelf af te schermen tegen invloeden van buitenaf?

Kortom : het nieuwe bewust-zijn.

Prijs : €45,- p.p.

Gezondheidscentrum Hippo

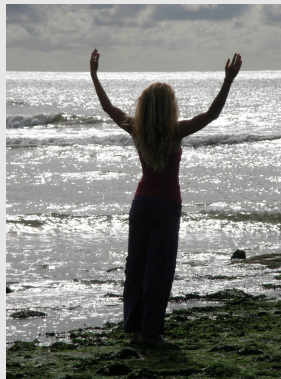
Carina Boersen, Crystaljoy

Tel. 0630882144

Yoga lessen in Den Helder

Een ons praktijk is beter dan tonnen theorie.

Yoga is een kwestie van doen.



www.juistebalansdooryoga.nl

De lessen worden gegeven door Ingrid Imana :

Op woensdag morgen en donderdag avond in de praktijk in Mariendal in Den Helder.

Via welzijn voor ouderen 50 +

Maandag- en woensdag avond in het diensten centrum De schooten van 19.00 tot 20.00

Vrijdag ochtend in Buurthuis De Eendracht (Nieuw Den Helder) van 09.15 tot 10.30

Wat is nu eigenlijk yoga? Yoga is er in vele vormen. Hier in het westen wordt vooral veel de hatha yoga beoefend. Het woord yoga komt uit het Sanskriet en betekent samenbrengen, verenigen en tot evenwicht brengen. Het evenwicht in jezelf, tussen lichaam en geest, denken en voelen en tussen de buitenwereld en jezelf.

Waarom yoga? Steeds meer mensen krijgen te maken met het gevoel uit balans te zijn. Wat een normale reactie is op dit soms stressvolle bestaan. Vage klachten die zich in het lichaam uiten d.m.v. maagklachten, hoofdpijn, en rugpijn ed. maar ook de vaak psychische klachten zoals nervositeit, spanningen en depressie kunnen het leven een stuk minder aangenaam maken.

De kracht van yoga. De kracht van yoga is dat iedereen het op zijn of haar niveau kan beoefenen. Bewust worden van jouw eigen grenzen, die te respecteren en tevens op zoek te gaan naar nieuwe mogelijkheden. Tijdens de les bereik je door middel van inspanning de uiteindelijke diepe ontspanning.

Een yoga les bestaat uit:

Lichaamsoefeningen, deze maken spieren en gewrichten soepel en sterk, waardoor organen worden versterkt en de bloedsomloop verbeterd.

Ademtechnieken, deze geven nieuwe energie en maken het denken helder en kalm, "beheersing van de adem is beheersing van het denken".

Ontspanningstechnieken, deze leren je volledig te ontspannen, waardoor concentratie en wilskracht zich ontwikkelen.

Voor meer informatie:

Bel: Ingrid Imana 0223 610430 / 06 216 73 165 of kijk op www.juistebalansdoor yoga.nl

Living Satsang welcomes you to an awakening world

"You are here because this existence needs you as you are.

Otherwise somebody else would have been here! - the existence would not have helped you to be here, would not have created you.

You are fulfilling something very essential, something very fundamental, AS YOU ARE. - Osho



July 19th Cosmic Beachparty van 14.00 tot 24.00 in Zandvoort

Living Satsang samen met NATARAJ en Open Up in hartje Zandvoort, strandpaviljoen 16, Meijer aan Zee (rechtvoor die ene hele hoge flat, vlakbij het station)

Workshops binnen: Biodanza met Merijn, Mantraconcert en zingen met Yeshe, Tantra workshop,

Op het strand: Wandelmeditatie 'Wandelen & Bewust Zijn' met Masja. Mandala maken met Gambheera met op het strand gevonden materialen. Kundalini meditatie on the beach, Sunset meditation met Masja.

Vanaf 19.00 tot 24.00 NATARAJ PARTY, uit je dak dansen met de Nataraj DJ's Shanto en Iradi.

Verder: lachmeditatie, tarot sessies, reiki, massage, deeksha enz.....

Toegang 10 euro. Workshops 5 euro per workshop, meditatie vrij.

Volledig programma: <http://www.livingsatsang.nl>

6-12 juli Satsangha Zomerfestival op Helios in Heerde.

Prachtig gelegen op het platteland op de Veluwe ligt het centrum Helios.

Zoek je nog een inspirerende verrijkende zomerweek met heerlijk vegetarisch eten en leuke mensen??

Yoga, meditaties, the work van Byron Katie, en veel satsang; zelf-onderzoek, wie ben je echt?

Je kunt kiezen om de hele week op Helios te verblijven of aan losse satsangs deel te nemen.

Satsang met verschillende bekende leraren als Joanika Ring, Ad Oostendorp, Djihi Marianne, Tathagata.

Zat. avond Satsangha verrassingsprogramma. Alle info: <http://www.helioscentrum.nl>

Praful trad op tijdens fantastische concert van Deva Premal en Miten.

Hij geeft nu samen met Peru een concert:

9th July PERUQUOIS & PRAFUL IN CONCERT

STUDIO K, TIMORPLEIN 62, AMSTERDAM - 20.00 Entrance 22,50

-Intoxicating Chant, Magical Flutes, Sacred Song, Temple Drums-

Australian singer Peruquois together with Praful (Played the sax during thae last concert from Deva Premal and Miten in Almere) This will be Peruquois' only concert in Holland in 2009 Don't miss!

Info <http://www.praful.nl>

25 juli-1 aug. Open Up festival in Uffelte, Drente: Thema Verbinding.

Het festival is voor iedereen die bewust en met een open hart wil leven. Info: www.unitedpositivity.nl

proef proef proef proef proef proef proef proef proef proef

Lieve lezer,

We willen jullie de gelegenheid geven om een stukje te plaatsen in de nieuwsbrief waarin je, bijvoorbeeld, je eigen activiteit promoot of reclame wilt maken voor je eigen praktijk.

Voor de lezers die hier in geïnteresseerd zijn, willen wij een proef starten waarbij deze stukjes geplaatst gaan worden achter de gebruikelijke stukjes van de nieuwsbrief. Zodoende kunnen de lezers die hier geen belangstelling voor hebben dit overslaan.

Dit stukje kan dan net als de overige activiteiten ingestuurd worden, vermeld hierbij dan: persoonlijk.

Dit is een proef die we voorlopig kosteloos kunnen aanbieden.

Wij hopen hiermee de functie van de nieuwsbrief uit te kunnen breiden.

Voor suggesties of vragen kunt altijd bij ons terecht.

Ik maak dankbaar gebruik om je op deze manier kennis te laten maken met mijn praktijk:

Natuurgeneeskunde in Balans.

Met behulp van NEI, Integra, Bachbloesem, healing en homeopathische ondersteuning behandel ik klanten, waarbij het zelfhelende vermogen van het lichaam geactiveerd wordt.

Ik ga er van uit dat alle ziekten, allergieën, intoleranties, onbalansen, het niet lekker in je vel zitten, veroorzaakt wordt door emotie's. Denk aan hoofdpijn, maagzweren etc, vaak veroorzaakt door stress. Een opstapeling van allerlei emotie's veroorzaakt uiteindelijk datgene waarvan je last van hebt. Dus wanneer je de allereerste emotie "wegblaast" heeft de rest geen bestaansrecht meer en zijn ze weg.

Door middel van kinesiologie (spiertesten) kan ik tevens intoleranties opsporen en testen welke voedingsmiddelen/stoffen wel of niet goed zijn.

Voor verdere informatie kijk op de [website!](#)

Warme groeten,

Yvonne Riemens, natuurgeneeskundig therapeut.

Aangesloten bij de beroepsvereniging BATC.

Vergoeding mogelijk door zorgverzekeraar.

www.natuurgeneeskundeinbalans.nl

Geachte geïnteresseerde,

Nu op de homepage www.vrouw.nl, klik op [Ervaring uit de praktijk van een medium](#) en je komt bij mijn nieuwste column.

Vriendelijke groeten,

Johannet



RestoVanHarte's
een kadootje voor de samenleving!

"Echt waar", ik ben er al een paar keer geweest en het is iedere keer weer een feestje! Vele nieuwe inspirerende contacten ontstaan er, vaak met ouderen die een rijke levenservaring hebben en nog passie vol passie in het leven staat. Tijdens de maaltijden komen de verhalen en het boeit, mensen boeien, je moet er alleen de tijd voor nemen. Die tijd krijgen we nu samen in de Resto'sVanHarte door heel nederland hen. Mensen kijken ernaar uit 2 x in de week, niet meer alleen te hoeven eten, maar thuis te komen in een warm bad bij RestoVanHarte. Heerlijk weer tussen de mensen. Zo'n prachtig initiatief van Fred Beekers (directeur van alle Resto's). Een menselijke engel die daadwerkelijk de wereld zoveel mooier maakt met vele vrijwillige engelen!

Bij de feestelijke opening van RestoVanHarte in Julianadorp kon [Rana Dieleman](#) het niet laten om hun een schilderij te schenken, 'Verbroederde Brei' die nooit meer weg zal gaan (mijn kleurrijke HarteKracht expositie blijft hangen tot 1 november - zie ook www.a-rana-original.nl).

Niet langer twijfelen, gewoon doen!!

Laat je zien, laat je horen, verbroeder. Iedereen is welkom, jong, oud, arm of rijk, groen, rood of geel.
