

In deze nieuwsbrief de volgende items:

Rubriek in Bewust Leven Magazine

Angst en onzekerheid

Agenda

## Rubriek in Bewust Leven Magazine

Ken je het Bewust Leven Magazine? Het komt ieder seizoen uit, is gratis verkrijgbaar en biedt informatie voor wie bewust(er) wil leven.

Bewust zijn van jezelf ontbrak, vond ik en schrijven vind ik ontzettend leuk, dus heb ik de stoute schoenen aangetrokken en voorgesteld dat ik deze rubriek voor het BL magazine ga schrijven. Elk seizoen schrijf ik over hoe het seizoen overeenkomt met een levensfase. Deze keer heb ik over de lente geschreven. Ik geef er steeds een praktische tip bij, dus lezen!

Het magazine en mijn rubriek zijn [online](#) te lezen.

## Angst en onzekerheid

Hoeveel ruimte geef jij je angst, onzekerheid en twijfels? Zou je die ruimte niet willen gebruiken voor (zelf)vertrouwen, innerlijke rust en je ontspannen voelen? If you do what you always did, you'll get what you always got... Met andere woorden: als je in de gedragspatronen blijft waarin je tot nu toe hebt geleefd, zul je voelen en ervaren wat je tot nu toe voelde en hebt ervaren. Heb jij angst, twijfel of onzekerheid om in te ruilen voor ontspannen op jezelf vertrouwen vanuit innerlijke rust?

Gun jezelf (weer) eens een goed gesprek. Je bent van harte welkom! Maak een afspraak en we bekijken waar jij het meest behoefte aan hebt. Ankeren van het gevoel van zelfvertrouwen? Een heerlijk ontspannende hypnose? Praten en vertellen, eindelijk eens gehoord worden? Of juist een heldere, eerlijke spiegel voorgehouden worden?

**Aanbieding voor nieuwsbrieflezers:** 20% korting op je afspraken in april 2011

## Agenda

26 maart	Festival Bewust Leven
13 april	thema avond voor jonge vrouwen (voor dochters en hun vriendinnen!)
15 april & 20 mei	workshop Energie, Kleur & Stijl, i.s.m. Elly van de Braak
18 mei	thema avond vrouwbewustzijn
15 juni	thema avond hoe word ik bewust van mezelf

Het programma voor het najaar komt in de volgende nieuwsbrief, alvast een tip:

31 aug. 2011 start basiscursus vrouwbewustzijn

Graag even aanmelden met een mailtje of telefoontje o.v.v. de datum en je NAWTE gegevens (naam, adres, woonplaats, telefoonnummer en e-mail adres). Tenzij anders vermeld vinden de activiteiten plaats in het chalet.

## Toelichting agenda-items

**26 maart 2011 [Bewust Leven Festival](#), Jan van Besouwhuis Goirle, 11-16u, entree 4 euro**

Op 26 maart vind in het Jan van Besouwhuis in Goirle weer het festival voor Bewust Leven plaats. Ook dit jaar ben ik daar aanwezig en vertel ik over hoe je je bewust kunt worden van jezelf. Koop vooraf je entree bewijs bij Pleiade voor 3 euro of aan de deur op 26 maart voor 4 euro. Voor dit kleine bedrag kun je meerdere gratis lezingen of workshops volgen en de informatiemarkt bezoeken. Tijdens de informatiemarkt kun je een handmassage en korte persoonlijke reading bij mij komen halen, voor een festivalprijsje.

**13 april thema avond voor jonge vrouwen, 20-21.30u, 10 euro**

Deze avond is voor meiden van ca. 15-25 jaar. Eindelijk een goed gesprek en alle informatie die je zoekt over je leven als (jonge) vrouw. Wat staat je te wachten? Hoe zit het met hormonen, je menstruatiecyclus, zwangerschap, je vrouwelijke kracht, hoe ga je om met jongens, met je moeder, etc. Een leuke, informatieve avond met verrassend handige informatie!

Kom en neem je vriendinnen mee! Mail gerust vooraf je vragen. Girls only.

**15 april & 20 mei workshop Energie & Stijl, i.s.m. Elly van de Braak, 10-16u, 7,5 euro**

Met deze leuke workshop doe je jezelf niet alleen een leuke dag kado, maar ook meer zelfvertrouwen en meer zicht op je eigen stijl, op wie je bent en je kent de kleuren van je energie. Daarmee kun je beter laten zien wie je echt bent.

**18 mei thema avond vrouwbewustzijn, 20-21.30u, 15 euro**

Een avond over het vrouwenleven. Over de vrouwelijke geschiedenis, de menstruatiecyclus en over hoe jij je als vrouw nog meer kunt ontwikkelen. Nodig je moeder, vriendinnen en buurvrouwen ook uit!

**15 juni thema avond hoe word ik bewust van mezelf, 20-21.30u, 15 euro**

Handige informatie zoals ik die tijdens coachingsgesprekken meegeef. Doe er je voordeel mee, je hebt alle mogelijkheden en capaciteiten in jezelf, soms heb je alleen een klein zetje nodig.

### **31 aug. 2011 basiscursus vrouwbewustzijn**

Herfst, tijd voor inkeer en reflectie. De wereld roept erom, kijk maar naar het nieuws. We worden uitgedaagd onze manier van leven te evalueren, creatief en eerlijk te leven vanuit onszelf. Het oervrouwelijke wordt wakker: het leven is cyclisch! Het is natuurlijk dat lente, zomer, herfst, winter en wederom lente op elkaar volgen. Ook voor ons is het belangrijk om de herfst en winter te beleven: diep in onszelf duiken, evalueren, het overbodige wegdoen zodat ruimte ontstaat voor het nieuwe, om straks met meer wijsheid weer actief te worden...

In de **basiscursus vrouwbewustzijn** kijken we naar vroegere tijden, mannelijk en vrouwelijk, de menstruatiecyclus, Sophia, Eva, Lilith en naar jou. 7 keer 2 uur, max. 7 vrouwen, €105, op woensdagavond. Geef het aan als een ander dagdeel jou beter schikt.

## **Van harte welkom!**

Je bent van harte welkom in de praktijk voor een goed gesprek, persoonlijk advies en een warm welkom aan de aspecten van jezelf die je onderdrukt.

Leuk dat je mijn nieuwsbrief helemaal hebt doorgelezen. Ken je mensen die hem ook graag zouden lezen? Stuur hem gerust door en laat ze zichzelf aanmelden voor de nieuwsbrief, zodat ze hem voortaan direct toe gemaïld krijgen.

Op [www.naarbuiten.com](http://www.naarbuiten.com) is meer te lezen over mijn manier van werken.

Je kunt me volgen en gaarne retweeten via [LinkedIn](#) en [Twitter](#), tot daar of in het chalet?

Hartelijke groet,

Arianne van den Berg-Jonkers

