



Nieuwsbrief Voorjaar 2020

Lieve allemaal,

Het is weer even geleden en ondertussen is er veel gebeurd.

### **Babynieuws**

Als eerste het mooie nieuws: ik ben zwanger! In juli mogen wij ons kindje verwelkomen!



### **Bereikbaarheid**

Door de privé omstandigheden van afgelopen tijd, mijn zwangerschap en nu het corona virus zal ik minder gaan werken. En hierbij kiezen voor mezelf en mijn kindje om na mijn verlof er weer helemaal te kunnen zijn!

Concreet betekent dit dat ik tot mijn verlof (10 juni) nog geef:

- Reiki (afstands)behandelingen
- Bijles (online)
- De geplande Sjors sportief workshops

De edelstenen workshops van Sjors Sportief zullen vanwege het coronavirus uitgesteld worden. Hopelijk zal dit nog voor de zomervakantie plaats kunnen vinden! Als je je hebt opgegeven krijg je nog persoonlijk een mail.

*Mijn verlof zal zijn van 10 juni tot en met 5 oktober.*

Vanaf 5 oktober kan je weer afspraken maken voor bijles, holistische therapie en kindervoaching. Na de herfstvakantie zal ik weer starten met al mijn andere activiteiten waaronder krachtklas, edelstenen workshops en meditatie avonden.

### **Stoppen Kinderyoga**

Helaas is er nu ook geen ruimte meer voor de kinderyoga en de rustlessen en heb ik moeten beslissen om daarmee te stoppen.

### **Praktijk Sarina is verhuisd**

Zoals sommigen van jullie wel weten ben ik begin dit jaar met mijn praktijk verhuisd naar Bommel.

Na anderhalf jaar een ruimte te hebben gehuurd bij het ZoMa Holistisch Centrum in Westervoort is de tijd gekomen om mijn praktijk mee te nemen naar mijn woonplaats.

Vanaf heden is dit het nieuwe adres:

Praktijk Sarina  
Bouwhof 30  
6681 WN Bommel

### **Rustmomentjes**

Om de kinderen uit mijn klas (ik ben ook juf) en hun ouders te ondersteunen in het thuiswerken heb ik voor hen rustmomentjes opgenomen. De kinderen kijken elke week al uit naar een nieuwe 'aflevering'.

Deze rustmomentjes wil ik graag met jullie delen zodat jullie ook thuis het hoofd leeg kunnen maken, samen met de kinderen kunnen ontspannen en om het werken makkelijker te laten verlopen!

Week 1: Lekker loslaten <https://www.youtube.com/watch?v=jalEDqnXmH4&t=22s>

Week 2: Het elastiek [https://www.youtube.com/watch?v=vbFzvQU\\_Lxo&t=6s](https://www.youtube.com/watch?v=vbFzvQU_Lxo&t=6s)

Week 3: Het zonnetje [https://youtu.be/EiJ6Rz\\_ibXs](https://youtu.be/EiJ6Rz_ibXs)



Wil je elke week een nieuwe ontvangen? Meld je dan aan via deze link en dan krijg je ze toegestuurd!

<https://praktijksarina.nl/rustmomentje/>

### **Sjors Sportief**

Dit schooljaar ben ik weer begonnen met het geven van edelstenen workshops voor kinderen.

Om kinderen kennis te laten maken met edelstenen en hun bijzondere werking.

Dit doe ik voor de gemeentes Lingewaard, Duiven, Zevenaar en Westervoort.

Een groot deel van de kinderen (ik heb in totaal al 180 aanmeldingen mogen ontvangen!)

hebben deze workshop gevolgd.

De kinderen die nog op de wachtlijst staan krijgen z.s.m. bericht over een nieuwe datum!

Een reactie van een moeder:

*'Ik wilde je nog even hartelijk bedanken voor de leuke workshop Edelstenen. Onze zoon was helemaal blij met zijn mooie bergkristal. In de auto op de terugweg had hij hele verhalen over de stenen en de verschillende soorten. Zelfs de stoerste jongens in zijn klas willen nu de workshop gaan doen! Dus nogmaals bedankt!'*

Aanmelden kan nog voor de workshops die ingehaald worden, na de herfstvakantie zullen er weer nieuwe workshops gepland worden. Ga hiervoor naar [www.sjorssportief.nl](http://www.sjorssportief.nl)

### **Gratis Healing avonden**

Gelukkig laat ik het Holistisch Centrum niet helemaal los.

Samen met mijn collega's organiseer ik de gratis healing avonden.

Vanwege de zwangerschap zal ik pas na de herfstvakantie weer meedoen, maar mijn collega's gaan gewoon door! Zelfs op dit moment online!

Aanmelden voor de volgende avond kan via: [HolistischCentrum.nl@gmail.com](mailto:HolistischCentrum.nl@gmail.com)

Wil je graag onze nieuwsbrief ontvangen met alle data van de healing avonden dan kan dat hier:

<https://mailchi.mp/28da4f832956/holistisch-centrum>

### **Verder bij Praktijk Sarina...**

- Reiki behandelingen
- KrachtKlas
- Kindercoaching
- Mediatie avonden
- (Familie)opstellingen
- Holistische Therapie
- Bijles; voor de basisschool en middelbare school
- Edelstenen Workshops via Sjors Sportief [www.sjorssportief.nl](http://www.sjorssportief.nl)
- Bijeenkomsten voor ouders: Omgaan met hooggevoelige kinderen
- Groepsgeluk en begeleiding voor leerkrachten

Meer informatie over al deze activiteiten vind je op [www.praktijksarina.nl](http://www.praktijksarina.nl)

**Tot slot**

Bedankt dat je de nieuwsbrief weer hebt gelezen!

Blijf gezond en zorg goed voor elkaar!

Dit is een mooie tijd om echt bij jezelf naar binnen te keren en te reflecteren. Om straks nog meer te leven vanuit jezelf!

Vanuit liefde, licht en warmte,

Laura

