

W I N T E R 2 0 1 2

# Nieuwsbrief

Jouw Hart in Doetinchem

## Jouw Hart huren

*Jouw Hart is te huur  
voor jouw activiteiten!*

Hierbij kun je denken aan het geven van een workshop, cursus, lezing, bijeenkomst, brainstormen, vergaderen, etc.

Voor een relatief klein bedrag heb je het gehele centrum tot jouw beschikking; een koffie/thee/lunch ruimte, pantry, 2 toiletten en een ruime workshopruimte van c.a. 45 m<sup>2</sup>. En tot 15 personen is de koffie en/of thee gratis!

Huren kan zowel in besloten kring als op inschrijving (vermelding op de website), incidenteel en op vaste dagdelen.

*Lees hier meer over huren*



## Veel activiteiten in Jouw Hart!

De agenda is aardig aan het vol lopen voor het komende jaar... boordevol leuke en nieuwe activiteiten! Allemaal binnen-activiteiten dus ideaal tijdens de strenge winter die zijn intrede heeft gedaan. Zo kun je behaaglijk warm in Jouw Hart aan nuttige en leuke activiteiten deelnemen ☺

Wil je ergens aan deelnemen, schrijf je dan in via het aanmeldformulier op de website [www.jouwhartcentrum.nl](http://www.jouwhartcentrum.nl)

De organisatoren van de activiteiten hopen jou te mogen verwelkomen in Jouw Hart!

## Dagelijks op de up-to-date blijven

### Twitter

Volg  
Jouw Hart  
via Twitter

### Facebook

Wordt vrienden met  
Jouw Hart  
op Facebook

### Blog

Volg de activiteiten in  
Jouw Hart  
via de online Blog

## Mindfulness

door Thea Legeland

### Mindfulness Stressreductie

Deze training volg je gedurende 8 middagen of avonden en één dag.

Op donderdag 8 maart 2012 starten 2 groepen om 14.00 uur en 19.00 uur.

### Mindfulness en omgaan met Kanker

Start maandagochtend 16 april 2012 om 09.30 uur

### Mindfulness en Eten

Start donderdagavond 10 mei 2012 om 19.00 uur.



*Klik hier voor meer informatie over Mindfulness*



## Yoga door Jacqueline Beeren

Je kunt meedoen aan Yoga lessen op de volgende dagdelen:

### **Maandagavonden**

20.30 tot 21.45 uur

### **Vrijdagochtenden**

09.00 tot 10.15 uur

10.30 tot 11.30 uur (kennismaken met yoga - start bij voldoende deelname)

*Lees hier meer over Yoga*

## Circle of Energy

14 februari 2012

Dit zijn uitwisselavonden waarbij we helende methodes met elkaar delen/uitwisselen. Kun jij Quantum-Touch, Reiki, Magnified Healing, Touch For Health, Reconnective Healing, Chakra Reading & Healing, Magnetiseren, I-Heal of welke methode dan ook en zou je deze energie willen uitwisselen met een ander? Dan ben je van harte welkom om deel te nemen aan de Circle of Energy!

*Lees hier meer over de Circle of Energy*





## Stadsverlichting

*zondag 12 februari 2012 om 20.00 uur*

### *Verander de wereld vanuit stilte!*

*Mensen die samen stil zijn, hebben effect op hun omgeving. Ze brengen harmonie en flow. In steden waar regelmatig wordt gemediteerd, is er minder criminaliteit, is het minder druk op de spoedeisende hulp en zijn minder verkeersongevallen. Als je een betere wereld wilt, hoef je de straat niet op. Je bent effectiever als je een krachtig, coherent veld creëert. Geen methode is sneller, goedkoper en effectiever. Verlicht jezelf en verlicht je wereld!*

*Lees hier meer over Stadsverlichting*

## 1-Heal Workshop

*17 en 18 maart 2012*

*Heb jij ook het gevoel dat je meer kunt doen met je handen? Het gevoel dat je op energetische wijze bij anderen en jezelf pijnklachten kunt helpen verminderen en/of emotioneel zou kunnen ondersteunen? Heb je er behoefte aan om hier jouw weg in te vinden? Dan kan deze 2-daagse workshop zeer geschikt voor jou zijn want je leert op eenvoudige wijze hoe je een volledige behandeling kunt geven.*

*Tijdens deze workshop is er ruimte voor jouw vragen en gaan we (voor zover mogelijk) in op de behoefte die onder de deelnemers aanwezig is! Dus een unieke workshop voor elke groep. Er is plek voor maximaal van 10 deelnemers.*

*Lees hier meer over de 1-Heal Workshop*



## Informatiemiddag Regressie/Reïncarnatie

*zondagmiddag 1 april 2012*

*Ben van Leeuwen verzorgt een informatieve middag over regressie en reïncarnatie. Hij zal onder andere vertellen over de geschiedenis en het ontstaan ervan, wat het is, wat het doel ervan is, hoe een sessie gaat, en geeft voorbeelden van sessies in de diverse werkgebieden. Tevens zal hij een visualisatie met de groep doen.*

*Wil je hier bij zijn? Geef je dan op via het online aanmeldformulier.*

*Lees hier meer over deze informatieve middag*

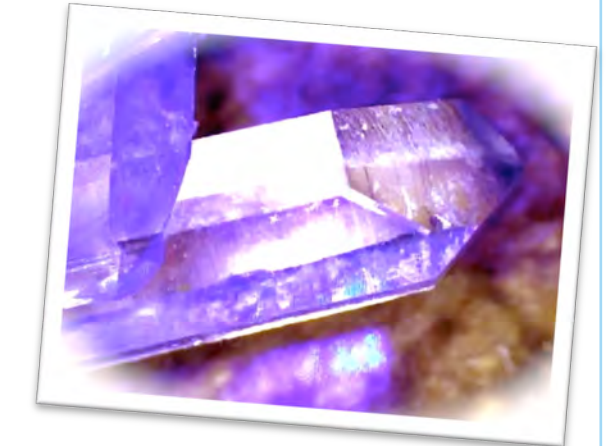
## Crystal Energy Healing Workshop

Zondag 19 februari 2012 van 13.00 tot 16.30 uur

Een leuke workshop waarbij we gedurende één dagdeel samen gaan werken met kristallen, edelstenen, energie en heling. Je leert hoe je op eenvoudige wijze met kristallen en edelstenen aan de slag kunt gaan.

Je leert: ♦ een kristal/edelsteen te selecteren ♦ de energie voor heling te gebruiken ♦ hoe je een kristal/edelsteen in je lichaam kunt voelen ♦ de Kristallen Hart Heling ♦ en nog veel meer!

*Lees hier meer over de Crystal Energy Healing Workshop*



## Workshop Pendelen

Zondag 1 april 2012 van 09.30 tot 12.30 uur

Een workshop die niet alleen theoretisch maar ook praktisch is. Naast de informatie die gegeven zal worden over de pendel en de werkzaamheid ervan zullen we praktisch aan de slag gaan!

We gaan kennis maken met de pendel, leren de pendel te hanteren, afspraken te maken met de pendel, testen met de pendel, het formuleren van vragen en doen een ontspanningsoefening.

*Lees hier meer over de Workshop Pendelen*

## Huiskameravond Numerologie

Maandag 20 februari 2012 - aanvang 20.00 uur

Voor maximaal 10 personen zal Gerrit Jansen weer een Numerologie avond verzorgen. Na de avond ontvang je een opname per email zodat je het thuis rustig kunt naluisteren.

*Lees hier meer over de Huiskameravond Numerologie*



## Extra Workshops Numerologie

Deel 1 op 22 april 2012

Deel 2 op 29 april 2012

Deel 3 op 11 maart en 3 juni 2012

Voor alle workshops zijn slechts 10 plekken beschikbaar.

Je ontvangt een opname van de gehele dag na afloop.

*Lees hier meer over de workshops Numerologie*

## Workshop Tenen Lezen

Woensdag 28 maart 2012 van 19.00 tot 22.00 uur

Tenen lezen is een manier om meer inzicht in jezelf te krijgen of bevestigd te krijgen waar je je al bewust van bent. Als je goed naar je voeten kijkt kun je al heel veel zien. Tijdens deze workshop ga je kennis maken met tenen lezen en kun je iemand anders karakter een beetje ontleden aan de hand van de stand van de tenen.

Naast 28 maart kun je ook deelnemen op 17 mei en 29 mei.

*Lees hier meer over de Workshop Tenen Lezen*



## Reiki 2 Cursus

25 en 26 februari 2012

Harry van der Eerden verzorgt de Reiki 2 Cursus voor diegenen die eerder Reiki 1 hebben gedaan. Tijdens Reiki 2 zal het Reiki-pad verdiept worden, specifiek gericht op het energetische werk op afstand (tijd & ruimte). Je ontvangt een inwijding waardoor je de energie van de esoterische 2e graadssymbolen en bijbehorende mantra's kunt oproepen en hanteren. Hoe je deze nieuwe technieken en informatie kunt gebruiken, wordt uitvoerig behandeld en geoefend.

*Lees hier meer over de Reiki 2 Cursus*

## Workshop Droom Duiden

Zaterdag 10 maart 2012 van 10.00 tot 16.00 uur

Dromen doen we allemaal maar wat hebben onze dromen ons nou eigenlijk te vertellen? Ben jij daar ook zo vaak nieuwsgierig naar? Tijdens deze dag leer je een techniek waarmee je dromen kunt duiden op een manier die je niet in de boeken zult vinden. We gaan ons ook leren afstemmen op de "dromer" en de droom waardoor je zult zien dat je tot een verrassende duiding zult komen.

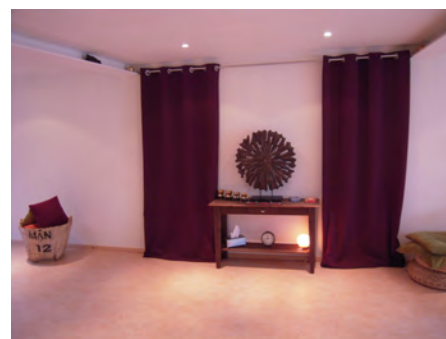
*Lees hier meer over de workshop Droom Duiden*

## Mindfulness Stressreductie

6 Dinsdagavonden - start 6 maart 2012 door Mariké Koningstein

Mariké Koningstein verzorgt tijdens 6 dinsdagavonden Mindfulness Stressreductie.

*Neem voor meer informatie direct contact op met Mariké Koningstein*



# Leven in balans en overvloed

## The Emotion Code helpt je dat te bereiken!

Balans en Overvloed - Dat wil toch iedereen?

Heb jij ook het gevoel dat je niet vooruit komt in je leven?  
 Kom je niet van lichamelijke klachten af, wat je ook doet?  
 Loop je elke keer tegen dezelfde blokkades op?  
 Heb je relatieproblemen en weet je geen uitweg meer?  
 Voel je je depressief/moedeloos en snap je niet waarom en weet je niet meer hoe gelukkig voelen voelt?  
 Heb je moeite om je gevoelens te uitten?  
 Zit je met een angst of meerdere angsten waar je van af wilt?  
 Zit je in een burn-out en wil je daar uit?  
 Zit je boordevol ideeën maar kun je jezelf er maar niet toe brengen om deze in daden om te zetten?  
 Loopt je bedrijf niet zoals je dat zo willen?  
 Zou jij ook graag volledig vanuit je hart willen leven en beleven?  
 Heb je fysieke klachten en kom je er maar niet van af?  
 Zou je graag betere sportprestaties willen leveren?  
 Heb je moeite met leren op school?

### De Emotion en Body Code helpen je hierbij!

Deze revolutionaire methode is ontwikkeld door Dr. Bradley Nelson (USA) en Patousch zet dit sinds een aantal jaren in tijdens haar consulten in de praktijk en met bijzondere resultaten. Er is zoveel te vertellen over de Emotion en Body Code, teveel om hier even in een nieuwsbrief te vermelden. In het heel kort komt het er op neer dat de oorzaken (blokkades), van de problemen die je in je leven tegen komt, worden opgespoord en opgelost. Het gevolg is dat je vrij bent van alles wat je tegenhoudt om jouw leven te leiden zoals jij dat wilt; een leven in overvloed! En met overvloed doel ik op alle gebieden, het een sluit het ander niet uit: overvloed in liefde, in geluk, in vrijheid, in gezondheid, in materie en ga zo maar door.

### Alle antwoorden liggen in jou opgeslagen, dus ook de oplossing!

The Emotion en Body Code zijn prachtige methodes om jou te helpen vooruit te komen in je leven en je doelen te bereiken, welke doelen dat ook zijn!

*Lees hier meer over The Emotion Code in de praktijk*

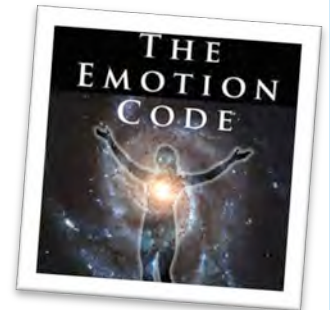
## Lezing over The Emotion Code

Woensdagavond 22 februari 2012

Patousch zal tijdens deze avond uitleg geven over The Emotion Code; wat is het, hoe werkt het en wat kan het voor jou en jouw omgeving betekenen? Je krijgt de gelegenheid om jouw vragen hierover te stellen.

## The Emotion Code Workshop

17 en 18 maart 2012



Tijdens deze 2-daagse workshop leer jij The Emotion Code zelf toe te passen, zowel op jezelf als op anderen. We gaan veel oefenen en dus ook blokkades oplossen bij elkaar. De Emotion Code zal een waardevolle transformatie op elk gebied in je leven teweeg kunnen brengen. Het fijne is dat je niet meer de (emotionele) pijn hoeft te her-beleven die je eerder ervaren hebt waardoor de klachten zijn ontstaan. Je leert de oorzaak van klachten op te ruimen waardoor er ruimte is om jouw leven volledig te leven zoals jij dat wenst. Zonder belemmeringen uit het verleden. Dat is toch een geweldig vooruitzicht?

Na deze workshop kun je, als je dat wilt, verder met de **1-Release workshop**. 1-Release is een workshop die ontstaan is vanuit de ervaringen die Patousch de afgelopen jaren heeft opgebouwd in de praktijk. Je leert hoe je beperkende negatieve overtuigingen los kunt laten. Dit is een zeer belangrijk onderdeel geworden van de behandelingen die Patousch in de praktijk geeft.

De volgende 1-Release workshop is in planning, heb je hier interesse voor, geef dit dan door aan Patousch.

*Lees meer over The Emotion Code Workshop*

# Bereikbaarheid

Inschrijven voor activiteiten kan via het online aanmeldformulier op [www.jouwhartcentrum.nl](http://www.jouwhartcentrum.nl)

Afspraak in de praktijk maken: alléén telefonisch, s.v.p. niet per email! Bel voor een afspraak bij voorkeur op werkdagen tussen 10.00 en 12.00 uur via 0314 334537. Spreek bij geen gehoor duidelijk je naam en telefoonnummer in. Op sms reageer ik niet.



*Jouw Hart Centrum  
Praktijk voor Lichaam en Bewustzijn*

*Tel. 0314 334537*

*GSM 0627 118522*

*Email [info@patousch.nl](mailto:info@patousch.nl)*

*[www.jouwhartcentrum.nl](http://www.jouwhartcentrum.nl)*

*Skype: praktijkpatousch*

*Twitter: Jouw Hart Centrum*

*Facebook: Jouw Hart Centrum*



**Bezoekadres:**

**Bachlaan 2A - 7002 MZ - Doetinchem**