



ORGANISATIE PSYCHO-ENERGETISCHE THERAPIE

NIEUWSBRIEF VOOR EN DOOR OPET-LEDEN 28 november 2017



Agenda

- ✚ 25 maart 2018 - Zeddam
Studiedag OPET/SIO

**Dit is een bijzondere dag want de SIO bestaat
30 jaar!!!**

Heb jij ook een evenement of activiteit voor de OPET-agenda? Mail het naar info@stichtingopet.nl onder vermelding van agenda nieuwsbrief.



Website

Onze website is vernieuwd neem gerust een kijkje www.stichtingopet.nl



OPET-lid in het zonnetje

Hallo mensen, graag stel ik mij aan jullie voor. Ik ben Erna Boonen-Koerntjes en in 2013 heb ik mijn diploma behaald bij het SIO. Verder heb ik de workshop 'Verandering en groei' bijgewoond. Zeker aan te bevelen. Ook heb ik de opleiding tot meditatie training gevolgd en afgesloten met een diploma. Na deze opleidingen begon mijn manier van werken meer vorm te krijgen. Hoewel ik nog geen praktijk heb, geef ik een meditatielees op een manier die bij mij past namelijk één op één en vertrouwend op mijn intuïtie.

Deze zomer heb ik het stokje van Miriam Klement over genomen als voorzitter van de OPET. Hoewel het voor mij best een uitdaging is, ga ik deze met veel plezier aan. De eerste OPET-dag is achter de rug. Een zeer geslaagde dag. Voor de toekomst is nog genoeg te doen. Input van de leden ontvangen we graag. Zoals een workshop van een door jou gekozen onderwerp. Ook voor de nieuwsbrief is het een idee om je gelezen boek waar je enthousiast over bent te delen met anderen.

Tenslotte wens ik jullie nog fijne feestdagen en een bijzonder nieuwjaar. Tot ziens in 2018!

Erna

PS: de steun van mijn man (achter mij) maakt dat ik grenzen kan ontdekken/verleggen.



Lekker smullen

Een leuk en lekker [receptje](#) voor de kerst!

Tip tegen de winterdip: (warm) water met gember en limoen.



Een momentje voor jezelf

Naar aanleiding van een aantal studies is gebleken dat muziek helpt bij ont-stressen en concentratie, ook wordt je creativiteit gestimuleerd. Ik heb het over een bepaald soort muziek die er voor zorgt dat je Alpha golven in je hersenen gestimuleerd worden.

YellowBrickCinema heeft een youtube kanaal waar je allerlei soorten muziek kunt luisteren, heerlijk om bij in slaap te vallen of relaxed te kunnen werken, maar waar je ook meditaties bij kunt doen.

[YellowBrickCinema](#)

[Meer weten over hersengolven?](#)



Terugblik studiedagen

Studiedag 5 november 2017

Thema: De kracht van verbeelding: Inspiratie en Visie

Deelnemers: 21

Werkwijze: Dit keer geen reading of healing, maar 1 op 1 een casus bespreken.

Keuze uit 2 casusses:

Opdracht casus 1; Persoonlijke ondersteuning

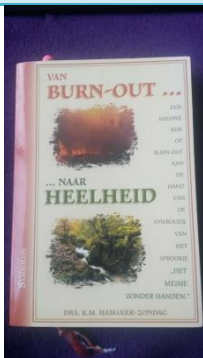
Opdracht 2: Loopbaanbegeleiding.



Na de lunch gingen we door in 4 groepen.
Dit alles in de vorm van beelddenken.

Er heerste een fijne ontspannen sfeer.

Als je een foto impressie van de dag wilt zien kijk dan op;
www.stichtingopet.nl



Lees Tip:

Van Burn-out naar Heelheid

Schrijver DRA. K.M. Hamaker-Zondag

ISBN: 9074899196

Kijk Tip:

[Universiteit van Nederland](#): (1/5) Wanneer presteer je het beste op je werk?



SIO nieuws

Misschien hebben jullie het al gelezen in de zomerblog van Maria er is verandering en groei bij de SIO!

[Link naar volledige blog](#)



Tot besluit

Fijne feestdagen namens het bestuur!

We hopen jullie te verwelkomen op 25 maart 2018!