

# inspiratieplek EigenAardig

nieuws voor 2021

We gaan de donkere tijd in, tegelijk de tijd van veel lichtjes en gezelligheid al zijn de maatregelen er op gericht om ons wat het laatste betreft wat te beperken. Goed om je te af te vragen wat jouw keuzes daarin zijn.

Sowieso een periode om te reflecteren op het afgelopen jaar en hoe dit voor jou was, welke houding, gevoelens en keuzes zich gemanifesteerd hebben en hoe je daarmee omgegaan bent. Misschien wil je het wat veranderen..?

Voor mij is veel wandelen in de natuur een geweldige manier om hoe dan ook innerlijk vrij en rustig te blijven, om steeds weer te verzachten en tegelijk trouw te zijn aan mijn innerlijke waarheid.



## JAARTRAJECT & JE DERDE LEVENSFASE & JAARTRAJECT

### Vind jouw eigen Medicijn!



Er komt een jaartraject! Voor vrouwen in de derde levensfase, die begint met de overgang. Ruim genomen is dat ongeveer de leeftijd van vijfenveertig jaar tot een jaar of tachtig, dat is per persoon heel verschillend. Een prachtig jaartraject met inspirerende bijeenkomsten, leuk om naar uit te kijken in deze onzekere en soms schijnbaar wat uitzichtsloze situatie waar we met elkaar in zitten.



Voor onze innerlijke ontwikkeling is er altijd uitzicht, de Zon in Boogschutter van dit moment inspireert ons om verder en dieper te kijken dan wat nu zichtbaar is. De omstandigheden kunnen dan juist een positieve prikkel zijn.

*"Mijn moeder en ik...ik dacht iets te komen 'verwerken', maar er is niets te verwerken. Het is een oneindig proces...constant. Dank je wel Adelheid"*  
Majella

*"ik ervaar nu meer verbinding met mijn moeder. Fijn om zelf iets te creëren met wat zij gemaakt heeft in haar leven. Inspirerend om het samen met anderen te doen".*  
Anja

Het is zo fijn om elkaar in kleine groepjes te ontmoeten, te kunnen praten over onderwerpen die je niet zo makkelijk in je dagelijks leven aankaart met je buurvrouw. Fijn om herkenning en verbinding te ervaren, juist daar waar je je kwetsbaar of onzeker voelt. Waar je lichaam niet meer functioneert als de periode daarvoor, waar soms lastig hanteerbare gevoelens opspelen, waar het leven andere eisen aan je stelt, maar ook andere mogelijkheden aan je geeft.

Dat was ook de ervaring van de deelnemers in de cursus De Overgang naar een Gouden fase en in de cursus Mijn moeder en ik. Hiernaast wat reacties en een foto van de mooie en ontspannen middagen van die laatste cursus.



### REACTIES CURSISTEN

*"Ik dacht altijd dat ik vooral op mijn vader leek. De relatie met mijn moeder voelde wat leeg. Daarom deze cursus. In de afgelopen weken heb ik gevoeld dat ik veel meer op mijn moeder lijk dan ik dacht. Het was fijn hier mee bezig te zijn".*  
Marieke

## meer informatie JAARTRAJECT DERDE LEVENSFASE

We starten op vijf februari en bij voldoende deelname ook op 13 februari en komen één keer per maand bij elkaar op vrijdagmiddag van 14.00-17.00 uur of eventueel op zaterdagochtend of -middag. Vóór de zomer zijn er vijf bijeenkomsten gepland, na de zomer vier.

Ik bied je in elke bijeenkomst veel aan in de vorm van informatie, oefeningen, opdrachten, meditatie en uitwisseling. Ik maak een mooie inspirerende cirkel waar we om heen zitten en die ons een gevoel van verbinding geeft met de natuur en met elkaar. Je krijgt kruidenthee naar behoefte en altijd iets lekkers erbij van ambachtelijke kwaliteit 😊😊



Aan de hand van verschillende thema's als onder andere je innerlijk kind, voeding, sjamanisme, natuurlijke zelfzorg, seksualiteit en je baarmoeder, man/vrouw balans, hoe kun je onthechten en wie ben je werkelijk, gaan we op zoek naar jouw eigen medicijn. Waar liggen jouw wezenlijke kwaliteiten waarmee je jezelf kunt helen en ondersteunen in deze vaak confronterende fase van je leven.

Je krijgt inspiratie om waar wenselijk een nieuwe houding te vinden, bewuste keuzes te maken en vervolgens vanuit jouw essentie een medicijn te zijn voor je omgeving. Je kunt op een nieuwe manier vruchtbaar worden en gaan oogsten, hoe klein of eenvoudig ook. We behandelen één thema per keer.



In januari volgt gedetailleerde informatie.

Het hele traject is €350, je betaalt dan vooraf. Wil je graag in twee keer betalen, dan betaal je voor het traject voor de zomer €200, na de zomer €160. Dat is niet veel geld voor zo'n waardevolle investering in jezelf. Het is ook mooi en inspirerend om een band op te bouwen met de andere deelnemers.

Heel fijn als je me tijdig laat weten dat je interesse hebt en op welke dag. Er zijn al drie belangstellenden met wie ik waarschijnlijk op vrijdagmiddag ga starten. Er is ook een mogelijkheid om tijdens dit traject in te stromen, goed om daar even contact over te maken of dat past in het lopende groepje. In verband met de beperkte groepsgrootte waarmee ik ga werken start ik zo nodig met twee groepen. Er is ruimte om afstand te bewaren. Bel of mail me gerust als je nog vragen hebt.



Praktijk voor spirituele coaching en healing  
Atelier voor kunstzinnige therapie met natuur  
Activiteitenruimte voor ontmoeting en inspiratie

Adelheid Jochemsen,  
Haydnstraat 51 Groesbeek  
a\_jochemsen@hotmail.com  
06 17009796  
www.inspiratieplekeigenaardig.nl  
www.facebook.com/PraktijkAtelierEigenAardig

Lieve mensen, ik wens jullie afsluitend een mooie midwintertijd, fijne feestdagen en moed en inspiratie voor een nieuw jaar! Neem wat tijd om te dromen over jouw verlangen naar een andere samenleving en zie het voor je! Zodat angst je niet meeneemt naar een ongewenste stoffelijke werkelijkheid. Droom er eens over of bovengenoemd traject daarin waardevol en ondersteunend voor je kan zijn.

Warme groet,  
Adelheid Jochemsen

