



Lieve mensen

Hierbij de nieuwsbrief van augustus 2020.

Onze vakantie zit er inmiddels op en wij hopen dat u ook een mooie en leuke vakantie zal hebben of al heeft gehad. Uw vakantie zal, net als de onze, dit jaar door de Corona-gekte wel anders zijn dan andere jaren.

Groepshealingen.

Mooi nieuws. Vanaf september 2020 mogen wij weer onze maandelijkse Groepshealing organiseren in Soest. Voor de Groepshealingen van zondag 20 september 2020 zijn de eerste aanmeldingen al binnen.

Omdat wij ruim 5 maanden geen Groepshealingen mochten verzorgen, is uw geduld flink op de proef gesteld. Daarom hebben wij de prijzen iets aangepast.

Als u in de voorverkoop een dagkaart koopt voor de Groepshealingen van zondag 20 september 2020 betaald u € 20. U betaald dan alleen de Chakra healing en Aura healing. De Groepshealing zelf is dan dus GRATIS. Bij de dagkaart in de voorverkoop ontvangt u ook 1 consumptie gratis. Wil u alleen de Groepshealing bijwonen, betaald u € 10.

De voorverkoop van kaarten sluit op donderdag 17 september 2020 om stipt 16:00 uur. Na sluiting van de voorverkoop en zondags aan de kassa, kost een dagkaart € 25.

Meld u tijdig aan want de belangstelling voor onze groepsactiviteiten wordt steeds groter en wij hebben maar beperkt plaats in Soest.

Reclamecampagne.

Voor de Groepshealingen van zondag 25 oktober 2020 in Soest, zijn wij een flinke reclamecampagne gestart.

In het oktobernummer van de Paravisie en Spiegelbeeld komt een paginagrote advertentie te staan. In de nieuwsbrief van de Paravisie in oktober 2020 komt ook nog een advertentie voor onze Groepshealingen te staan. Met deze advertenties bereiken wij ruim 75.000 mensen die allemaal belangstelling hebben voor spiritualiteit, Alternatieve- en Natuurgeneeskunde en onze Groeps- en beursactiviteiten.

Omdat de bladen en nieuwsbrieven vaak door meerdere mensen gelezen worden, is het waarschijnlijk dat wij meer dan 150.000 mensen bereiken met onze advertenties. Ook via Facebook zullen er campagnes komen.

In onze volgende nieuwsbrief, verschijnt rond 1 september 2020, kunnen wij de verschijningdatums van de advertenties in de Paravisie en Spiegelbeeld vermelden.

Interview.

Op zaterdag 11 juli 2020 hadden wij een mooi en liefdevol interview.

Het is de planning dat dat interview ook wordt geplaatst in het oktobernummer van de Paravisie en Spiegelbeeld.

Het interview wordt ook weer geplaatst op de website www.50plusinnederland.nl.

Op deze website staat ook ons vorige interview. Via de link in het blauw, kom je daar.

De les-locatie in Soest.

De eerst volgende Groepshealingen in Soest zijn gepland op:

- zondag 20 september 2020.

Op onze les-locatie in Soest moet u altijd een trap op en er is geen lift aanwezig. Wij zijn daarom nog altijd op zoek naar een andere locatie in midden Nederland (omgeving Amersfoort en Soest) zonder trap of met een lift.

Vanwege de Coronacrisis en nu de vakantie is dat natuurlijk op de lange baan geschoven omdat veel locaties niet bereikbaar zijn voor overleg.

Behandelde visitekaartjes bij de Groepshealingen.

De visitekaartjes, met een vlinder erop, die zondags in Soest bij onze Groepshealingen op de tafel liggen zijn ook behandeld met de zeer sterke helende energie van Gert, Romy en Kayleigh.

U kunt die visitekaartjes altijd GRATIS mee naar huis nemen. Baat het niet, schaadt het niet.

Deze behandelde kaartjes liggen exclusief bij de groepsactiviteiten in Soest.

In onze praktijk en op de beurzen waar wij staan, zijn die behandelde kaartjes dus **NIET** beschikbaar.

De reacties op deze kaartjes zijn verbluffend. Veel mensen stuurde ons berichten over de mooie en positieve effecten van die behandelde visitekaartjes.

Aanmelden voor de Groepshealingen kan via:

e-mail: info@relax-4u.nl

telefonisch: 033-88 76 398

Of persoonlijk bij Gert, Romy, Kayleigh en Monique

Reacties op onze behandelingen en Groepshealingen.

Wij hopen dat u uw mooie, positieve en liefdevolle ervaringen met ons wil delen. Dat mogen ervaringen zijn bij onze groepsactiviteiten in Soest maar ook tijdens onze behandelingen in Amersfoort en op de beurzen.

Wij vinden het heel mooi en leuk als u die mooie en liefdevolle ervaringen met ons wil delen.

U mag die ervaringen aan ons mailen. Wij vragen dan om uw toestemming om die berichten anoniem op onze website en Facebookpagina's te plaatsen.

U mag ook altijd uw mooie ervaringen direct op onze Facebookpagina's plaatsen. Wij hebben twee Facebookpagina's. Namelijk "[Relax-4u](#)" en "[Groepshealingen](#)". U mag uw mooie en liefdevolle ervaringen altijd op beide Facebookpagina's plaatsen.

Wij vinden het heel mooi te horen dat steeds meer mensen tegen ons zeggen, dat als zij het pand in Amersfoort en/of in Soest binnenkomen, zij al gelijk een flinke ontspanning voelen en de klachten dan al minder worden. Daar doen wij het voor. Die meldingen en ervaringen zijn voor ons onbetaalbaar.

Onze praktijk in Amersfoort.

Onze praktijk in Amersfoort mocht gelukkig de hele Corona-crisis open blijven. Nog altijd is het enorm druk in de praktijk omdat veel mensen tijdens de lockdown toch niet durfde te komen en nu allemaal tegelijk een consult willen plus dat de praktijk vanaf 11 juli 2020 tot en met zondag 26 juli 2020 dicht was vanwege onze vakantie.

Wij blijven met man en macht proberen om ervoor te zorgen dat alle cliënten binnen 10 werkdagen een eerste consult kunnen krijgen.

Natuurlijk proberen wij nog altijd voor cliënten met ernstige klachten en/of ernstige pijn, binnen 2 werkdagen een consult te regelen.

Virussen;

Bij onze Groepshealingen blijven voorlopig wel onderstaande hygiëne-maatregelen van kracht.

- Heeft u klachten die op een virusinfectie kunnen wijzen (Hoesten/niezen, koorts en benauwd), **BLIJF DAN THUIS**.
 - Bij de kassa wordt ook uw temperatuur gemeten (doen wij op uw voorhoofd)
 - Bij de kassa mag u uw handen desinfecteren en zijn er mondkapjes aanwezig
 - Maar wil u een mondkapje gebruiken, zien wij liever dat uzelf een mondkapje meeneemt
-
- Voordat de zaal open gaat, hebben wij alle stoelen, tafels en andere materialen gedesinfecteerd.
 - Ook zullen wij de zaal flink ventileren
 - Hierdoor kan het in de zaal iets kouder zijn dan u gewent ben (neem dus een jas of vest mee)

En natuurlijk ontvangt u zo snel mogelijk uw geld retour op uw rekening als u op de zondag vanwege Corona-verdenkingen niet van ons naar binnen mag.

Wat kunt uzelf doen om virusinfecties te voorkomen en er vanaf te komen.

- Blijf uit de buurt van hoestende mensen.
- Ga een sauna in.
- Ga de zon in. Als je wil kan dat ook een zonnebank zijn.

Een paar dingen waarop u moet letten als je de zon ingaat of onder een zonnebank gaat liggen.

- Smeer u altijd goed in met een goede olie (zodat de huid niet uitdroogt)
- Als u uit de zon komt, of onder de zonnebank vandaan komt, en uw huid doet pijn, tintelt of is gevoelig, dan heeft u te lang in de zon gezeten of onder de zonnebank gelegen. Ga de volgende keer minder lang. Heeft u een paar keer nergens last van kunt u 5 minuten langer.
- Na het zonnen of de zonnebank smeert u zich direct in met een aftersun. Dat verkoelt de huid lekker.
- Na ongeveer een uurtje ga je even douchen.

Een virus kan niet tegen warmte, hoge luchtvochtigheid, uv-licht en zeep.

Een virus bestaat uit een stukje erfelijk materiaal met daarom heen een mantel van eiwit. Dat eiwit stolt door verwarming, uv-licht en hoge luchtvochtigheid. Het virus is dan gelijk onschadelijk.

Een kwartier in de zon of onder de zonnebank doet al wonderen en uw vitamine D (weerstand) vliegt omhoog.

Virussen evalueren het beste bij 8 graden Celsius. Hoe hoger de temperatuur en hoe sterker de uv-stralen, hoe eerder het virus onschadelijk is. Maar bij 58 graden zonder uv-licht zijn alle virussen kapot en onschadelijk. Onder een zonnebank wordt het al snel 45 graden. In een sauna wordt het al snel 65 graden tot wel 110 graden. Met het uv-licht die van een zonnebank met nieuwe uv-lampen komt, zal een virus bij die temperatuur allemaal onschadelijk zijn. In een sauna zorgt de hoge vochtigheid er voor dat virussen uitgeschakeld worden. In uw woonkamer kunt u proberen de luchtvochtigheid omhoog te krijgen met diffusers of gewoon een bak water voor het raam in de zon zetten of aan de verwarming hangen.

En verder is goed ventileren het toverwoord. Goed lucht verversen in uw woning verlaagt de kans op besmettingen met virussen met ruim 85%.

Volgens het RIVM en Ziekenhuiswezen worden ruim 95% van de besmettingen met Corona en influenza (griep) opgelopen in de huiselijke sfeer vanwege het slechte ventileren.

Door zeep valt een virus helemaal uit elkaar en is dan gelijk onschadelijk. Maar pas op met te veel de handen wassen met een anti-bacteriële zeep. Die zeep doodt ook de goede bacteriën die u beschermen tegen virussen.

Relax-4u heeft drie websites met ieder zijn eigen onderwerpen.

- Voor onze Groepshealingen, bedrijfsmassages, beursactiviteiten en informatie over (Corona) virussen, kijk u op: www.groepshealing-relax-4u.nl
- Voor informatie over onze behandelingen die vergoed worden door de meeste zorgverzekeraars, kijk u op: www.relax-4u.nl
- Informatie over ons werk op Curaçao, voedingsadviezen en Interval Vasten (Intermittent Fasting), kijk u op: www.relax-4u.com

De Groepsactiviteiten in Soest zijn, op enkele uitzonderingen na, op de laatste zondagen van de maand.

* = Deze dag is **NIET** op de laatste zondag van de maand maar 1 week eerder.

Datum:	De tijden:
- Zondag 20 september 2020 *	- 13:30 uur Zaal open
- Zondag 25 oktober 2020	- 14:00 uur Groepshealing
- Zondag 29 november 2020	- 15:15 uur Chakra healing
- Zondag 20 december 2020 *	- 15:45 uur Aura healing
- Zondag 31 januari 2021	- 17:00 uur Zaal sluit
- Zondag 28 februari 2021	
- Zondag 28 maart 2021	
- Zondag 18 april 2021 *	

Voor meer data en andere informatie kijkt u op onze website www.groepshealing-relax-4u.nl.

De prijzen in de voorverkoop:

- Groepshealing	€ 10
- Chakra healing	€ 10
- Aura healing	€ 10
- Dagkaart (inclusief 1 consumptie)	€ 20

De prijzen aan de kassa:

- Groepshealing	€ 10
- Chakra healing	€ 10
- Aura healing	€ 10
- Dagkaart	€ 25

Maar meld u dus snel aan. Want VOL is bij ons ook echt VOL.

Wordt een Groepsactiviteit door ons geannuleerd, ontvangt u altijd uw geld binnen 2 werkdagen retour.

Uiteraard mag u altijd bij alle Groepshealingen foto's of voorwerpen meenemen van bekenden en/of overleden personen. Deze kunt u op schoot leggen voor behandeling/healing.

De foto's en voorwerpen mag u ook, net als eventueel meegebrachte eten, drinken en (reguliere) medicatie, GRATIS laten behandelen door onze mensen.

Wij zijn instaat om zelfs een telefoon met onze handen op te laden. Dus ook met uw medicatie, eten en drinken kan er veel veranderen.

Op onderstaande zaterdagen en/of zondagen zijn wij op de volgende beurzen aanwezig:

Naam beurs:	Datum:	Plaats:	Locatie:
- Paraview	15 en 16 augustus 2020	Zwolle	IJsselhallen
- Paraview	29 en 30 augustus 2020	Maarssen	Sporthal Safari
- Paraview	12 en 13 september 2020	Amsterdam	Borchland
- Samma Saya	26 en 27 september 2020	Haarlem	Pannenkoeken Paradijs
- Paraview	17 en 18 oktober 2020	Alkmaar	Oosterhout hal
- Pasar Malam *	7 en 8 november 2020	Rijswijk	Broodfabriek
- Paraview	14 en 15 november 2020	Utrecht	Vechtse banen
- Paraview	21 en 22 november 2020	Amstelveen	Emergohal
- Paraview	12 en 13 december 2020	Hengelo	Van der Valk hotel

Op de beurzen gemarkeerd met een * zijn geen Groepshealingen mogelijk.

Op alle andere beurzen verzorgen wij dagelijks diverse Groepshealingen.

Kijk op www.groepshealing-relax-4u.nl voor de tijden en adressen.

Adres praktijk:
Relax-4u
Beukstraat 70
3812 MK Amersfoort

Adres Groepshealingen in Soest:
Relax-4u
Weteringpad 80
3762 ES Soest

Deel deze nieuwsbrief met iedereen die u kent en interesse heeft in Natuurgeneeskunde en onze groepsactiviteiten.

De volgende nieuwsbrief kunt u verwachten rond 1 september 2020.
Veel liefs en misschien tot de volgende Groepshealingen, beurzen of behandeling.

Paramedische Natuurgeneeskundige Therapeuten Gert van Beek en Romy van Kleef

