



**Lieve mensen.
Een paar dagen over tijd. Maar hier is hij dan.
De nieuwsbrief van februari 2022.**

De wijzigen in regelgeving volgen elkaar in rap tempo op. We zijn nog niet aan de ene versoepeling gewent of de volgende is er al.

Op dit moment lijkt het erop dat aan het einde van de maand februari 2022 ook de nachtclubs weer open mogen. Met wat wij weten van virussen verwachten wij aan het einde van deze maand of het begin van maart 2022 een forse daling in het aantal besmettingen. En dan dus tijd om alle maatregelen over boord te gooien.

Bij de Groepshealingen hebben wij op dit moment helemaal geen beperkingen meer.

Op zondag 27 februari 2022 is er weer een Groepshealing in Soest en online. We start om 14:00 uur.

Maar ook de beurzen mogen weer.

Komend weekend staat Relax-4u op de Paraview in de Goffert stadion in Nijmegen.

Over twee weken staat Relax-4u in het Van der Valk hotel in Sassenheim.

Helaas in de Pasar Malam van 5 en 6 maart 2022 in de Broodfabriek in Rijswijk geannuleerd en verschoven naar 5 en 6 november 2022.

Het donkere weer van deze maanden en de corona-maatregelen gaan nu echt zijn tol eisen.

In mijn praktijk heb ik namelijk nu een aantal jonge vrouwelijke cliënten met angst- en paniekaanvallen waar geen enkele aanleiding voor gevonden is door mij. Maar ook de reguliere artsen kunnen geen aanleiding vinden en willen deze vrouwen gelijk volstampen met medicatie.

Naar nu blijkt dat al deze meisjes en vrouwen de anti conceptie pil slikken of een spiraaltje dragen. En doordat de dan hormonen veranderen liggen angst- en paniekaanvallen op de loer. Tel daarbij op de donkere en sombere dagen plus de corona-stress en je heb grote ellende. Zeker bij de jonge meiden.

LAREB (het instituut voor bijwerkingen) laat desgevraagd weten dat in het jaar 2020 ruim 1000 jonge vrouwen en meisjes zich bij LAREB gemeld hebben met (ernstige) psychische klachten, angstaanvallen en paniekaanvallen. Enkele vrouwen en meisjes hadden zelfs suïcidale gedachten. Geen van deze vrouwen en meisjes hadden vooraf psychische klachten. Na het stoppen met de anti conceptie pil of het verwijderen van het spiraaltje waren de klachten met een paar weken tot een paar maanden volledig verdwenen.

Ikzelf wist al wel dat vrouwen en meisjes die de anti conceptie pil slikken of een spiraaltje hebben depressief kunnen worden. Maar het bericht van LAREB was voor mij ook een eyeopener.

Nadat ik mijn cliënten adviseerde om, in overleg met de (huis)arts, te stoppen met de anti conceptie pil of het spiraaltje te laten verwijderen, waren de angstaanvallen en paniekaanvallen snel verdwenen.

Wat je eventueel ook kan doen is een witlichtlamp kopen. Die lamp geeft GEEN uv-licht maar alleen wit daglicht. Ga elke dag 30 tot 120 bij die lamp zitten en veel depressie en angst- en paniek aanvallen verdwijnen als sneeuw voor de zon. Je hoeft niet in de lamp te kijken. Mag wel, maar hoeft niet.



Dit is zo'n witlicht lamp. Kijk of de lamp, die u eventueel aanschaf, minimaal 10.000 lumen is.

Vaccinaties.

Een vaccinatie werkt ongeveer 4 tot 6 maanden. Dat is bij de griepvaccinatie niet anders. Dus mensen is voor 1 september 2021 gevaccineerd zijn, zijn niet meer beschermd tenzij u een zogenaamde boosterprik heb gehad. Wees daarop wel bedacht. Heeft u na 1 september 2021 GEEN vaccinatie meer gehad, bent u dus NIET gevaccineerd voor uw gezondheid. Of vaccineren de oplossing is, is geheel aan u. Wil je, volgens de reguliere zorg, permanent gevaccineerd zijn, zal je elk half jaar gevaccineerd moeten worden om minder kans te hebben om ziek te worden.

Gevaccineerd of niet, of u heb corona moeten ervaren, u loopt altijd de kans om (opnieuw) besmet te raken. De kans op besmetting wordt niet minder door vaccineren, hoge weerstand of dat u corona heb gehad. Met een werkende vaccinatie is de kans op ziek worden of in het ziekenhuis of IC opgenomen wordt iets kleiner maar ook nog altijd aanwezig. Er liggen een fors aantal gevaccineerde mensen in het ziekenhuis en op de IC.

Hooikoorts.

We hebben een hele zachte winter. In Amersfoort staan alweer veel planten en bomen in bloei. En dus HOOIKOORTS.

Een bezoekje aan onze praktijk kan wonderen doen. Vaak is met één behandeling al veel verbetering merkbaar. Hooikoorts is niets meer dan een overspannen reactie van het auto immuunsysteem op een stofje dat je inademt. Daar is heel veel aan te doen. En als de mondkapjes ergens goed bij werken is het hooikoorts. Draag buiten dat mondkapje (medisch of niet) en je zal GEEN hooikoorts krijgen. Wel dagelijks het mondkapje wassen of vervangen.

De thema's tijdens de Groepshealingen.

Tijdens alle Groepshealingen hebben wij tegenwoordig thema's. Tijdens de Groepshealingen van zondag 31 oktober 2021 deden wij dat voor het eerst.

Deze thema's zijn zeer goed en enthousiast ontvangen bij de deelnemers. Dus gaan we daar voorlopig meer door. Tijdens de Groepshealingen van zondag 27 februari 2022 zijn de thema's "Chakra 5" en "Hoe voorkom ik verbrandingen door de sterker wordende zon".

Vragen die wij beantwoorden zijn onder andere de onderstaande vragen:

- Waar is de Chakra 5 voor?
- Waardoor raakt Chakra 5 bevuilt?
- Hoe verschoon ik Chakra 5?

Bij de winter depressie en de Mentale weerbaarheid en Natural Killing Cells (NK-cellen) krijg u antwoord op de vragen:

- Ik smeer me goed in met een crème met een hoge beschermingsfactor. en toch verbrand ik. Hoe dan?
- Wat kan ik er tegen doen?
- Waar moet ik in de zon opletten?
- Wat zijn de gevaren als ik steeds verbrand in de zon of onder de zonnebank?

Groepshealingen blijven in Soest en online via ZOOM.



Zoals in de vorige nieuwsbrieven al gemeld; Zijn tijdens de Groepshealingen van ons in Soest de corona-maatregelen van de baan. Iedereen kan en mag dus weer “normaal” doen. Maar er moet niets. Maar hou rekening met de mensen die nog wel wensen afstand te houden. Veel mensen zijn nog erg bang. Hou rekening met elkaar.

Paraview beurzen.

Ook in 2022 verzorgen wij op de Paraview beurzen weer Groepshealingen en Chakra- en Aura healingen. Vanwege de tijd doen we de Groepshealingen en Chakra- en Aura healingen op de Paraview in tweeën.

De Groepshealingen beginnen in regel rond 13:15 uur en eindigen rond 14:00 uur.

De Chakra- en Aura healingen beginnen in regel rond 16:30 uur en eindigen rond 17:15 uur.

Maar kijk regelmatig op onze website www.groepshealing-relax-4u.nl.

Op deze site staan, meestal vanaf 5 dagen voor de beurs de officiële begintijden.

De eerste Paraview waar Relax-4u staat is gepland op zaterdag 5 en zondag 6 februari 2022 in Nijmegen.

Bezoek voor onze actuele beurs-agenda regelmatig onze website www.groepshealing-relax-4u.nl.

Groepshealingen.

Op zondag 27 februari 2022 organiseren wij weer Groepshealingen (inclusief Chakra- en Aura healingen) in Soest en online via ZOOM.

Mensen die te ver weg wonen, moeilijk trappen kunnen lopen of om andere redenen niet naar Soest kunnen of willen komen, kunnen de Groepshealingen dan thuis in eigen omgeving ervaren.

Op het moment van dit schrijven hebben mensen zich al aangemeld voor zondag 27 februari 2022.

Mensen die zich al aangemeld hebben, komen zowel naar Soest als dat zij thuis de Groepshealingen thuis bijwonen via ZOOM.

Vind u een livestreaming moeilijk of ingewikkeld? Neem contact met ons op. Wij helpen u gratis overal mee. Het is heel eenvoudig werken met ZOOM. Maar wij begrijpen dat het niet voor iedereen eenvoudig klinkt.

Als u zich aanmeldt voor een online deelname, ontvangt u een telefoonnummer zodat u ons ook op de zondag kan bereiken voor hulp.

[Klik hier](#) om het programma “Zoom” te downloaden.

Hieronder de dagen waarop wij Groepshealingen plannen plus de thema's die wij die dag verzorgen.

	Datum:	Thema's tijdens Chakra healing:	Thema's tijdens de Groepshealing:
-	Zondag 27 februari 2022	Chakra 5	Hoe voorkom ik verbranding door de sterker wordende zon
-	Zondag 27 maart 2022	Chakra 6	Negatieve energie omzetten naar positieve energie
-	Zondag 24 april 2022	Chakra 7	Voeding
-	Zondag 22 mei 2022	Chakra 8	Hoe voorkom ik dat ik vocht vasthoudt
-	Zondag 26 juni 2022	Chakra 9	Hoe voorkom ik buikloop en hoe bestrijd ik buikloop
-	Zondag 24 juli 2022	Chakra 10	Eerst voeding dan pillen
-	Zondag 28 augustus 2022	Chakra 11	Kruiden en ziekte bestrijding
-	Zondag 25 september 2022	Chakra 12	Virussen
-	Zondag 30 oktober 2022	Chakra 13	Vaccinaties
-	Zondag 27 november 2022	Chakra 1	Auto immuunsysteem
-	Zondag 11 december 2022	Chakra 2	Winter depressie
-	Zondag 29 januari 2023	Chakra 3	Mentale weerbaarheid
-	Zondag 26 februari 2023	Chakra 4	Hoe voorkom ik verbranding door de sterker wordende zon

Hou er rekening mee dat u in Soest een trap op moet en er is geen lift aanwezig.

Daarom blijven wij de Groepshealingen nu ook online via ZOOM aanbieden.

De tijden in Soest en online zijn:

- 13:30 uur Zaal open of thuis inloggen
- 14:00 uur Groepshealing
- 16:00 uur Einde Groepshealingen (dit is een richttijd)
- 16:30 uur ZOOM sluit
- 17:00 uur Zaal sluit

Op onze website www.groepshealing-relax-4u.nl staan altijd de meest actuele data en tijden.

De prijzen in de voorverkoop:

- € 10 (Live in Soest en online via ZOOM)

De kosten aan de kassa in Soest zijn:

- € 15

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

Wanneer zijn de Groepshealingen?

De Groepshealingen zijn in regel op de laatste zondag van de maand. Maar kijk in onze agenda op de website www.groepshealing-relax-4u.nl voor de actuele datums en hou onze nieuwsbrieven in de gaten.

De Groepshealingen in Soest en online zijn inclusief Chakra- en Aura healingen.

Doordat er nu veel meer mensen kunnen deelnemen aan onze Groepshealingen, hebben wij de kosten voor deelname terug kunnen brengen naar € 10. In Soest kunnen zonder corona-maatregelen maximaal 50 mensen deelnemen. Online kunnen maximaal 100 mensen deelnemen. Dit aantal kunnen wij eventueel uitbreiden naar 300 mensen. Het programma "ZOOM" is gratis te downloaden, te installeren en te gebruiken.

Nog even het verschil tussen de fysieke Groepshealingen in Soest en online.

In Soest kunnen zonder coronamaatregelen maximaal 50 mensen per groep deelnemen.

Online kunnen maximaal 300 mensen deelnemen. De effecten van onze healingen zijn hetzelfde of u nu naar Soest komt of de healingen thuis via ZOOM volgt. Maar er zijn een paar verschillen.

De voordelen van deelname aan Groepshealingen fysiek in Soest:

- gebruik maken van verkoop van onze tekeningen, schilderijen, mokken, glazen en cd's met onze helende energie
- gratis visitekaartjes beschikbaar met onze helende energie
- medicatie, voeding, foto's en andere materialen één op één laten behandelen door onze mensen.
- één op één tips ontvangen over o.a. voeding en medicijnen of andere klachten
- na de Groepshealingen de mogelijkheid hebben om één op één met ons te spreken en een korte behandeling
- u kan anoniem deelnemen

De voordelen van deelname aan Groepshealingen online via ZOOM:

- geen trappen lopen
- in uw eigen vertrouwde omgeving
- geen reistijd en reiskosten
- u kunt anoniem deelnemen
- u kan deelnemen met meerdere mensen per pc, laptop, tablet en smartphone

Thuis kunt u natuurlijk wel uw medicatie, voeding, foto's en andere materialen op schoot, tafel of grond leggen om mee te laten behandelen. Maar één op één behandelen gaat online niet.

Via het programma ZOOM is het altijd mogelijk om met spraak en chat direct vragen aan ons te stellen tijdens de Groepshealingen. Ook dit kan anoniem.

Verwijzingen vanuit de reguliere zorg.

POH- GGZ en reguliere artsen blijven veel cliënten aan Relax-4u doorverwijzen. De reguliere zorg blijft enthousiast over Relax-4u. We merken dan ook goed dat diverse (huis)artsen de praktijk van Relax-4u promoten. Dat is natuurlijk heel mooi nieuws. Vanuit diversen grote ziekenhuizen gebeurt deze promotie al een aantal jaren. En de mensen die doorverwezen zijn, vinden het geweldig.

Zeker nu Gert binnenkort zijn diploma en licentie "Psychosociale Basis Kennis" heb, zullen de GGZ-patiënten nog beter en vaker de weg naar Relax-4u weten te vinden.

Hypnose, Hypnose power sessies, Regressie en Voice Dialogue.

Ook het aantal mensen die Hypnose, Regressie en Voice Dialogue behandelingen willen blijft nog steeds toenemen. Veel mensen die door de psychiatrie naar ons verwezen worden, behandelen wij met deze sessies.

Met Hypnose, Regressie en Voice Dialogue kunnen wij uw onderbewustzijn als het ware raadplegen en verschonen om zo bijvoorbeeld verslavingen, trauma's, angsten en andere (eet)stoornissen te behandelen. Ook eventuele ellende uit vorige levens kunnen we dan behandelen. En de resultaten zijn verbluffend.

Voor hypnose sessies beginnen wij bijna altijd met een power sessie. In bijna 80% is één enkele sessie voldoende. Gert mag al power sessies geven. Maar zondag 12 december 2021 doet hij examen om internationaal erkent Hypnotiseur te worden voor de Power sessies. Dan mag Gert ook de letters CH (Certified Hypnotist) achter zijn naam zetten.

Voice Dialogue kan als een aparte therapie gebruikt worden voor mensen die niet onder Hypnose durven of willen. Maar Voice Dialogue kan ook als onderdeel van de Hypnose-sessies gebruikt worden.

Op onze website www.relax-4u.nl staat een uitgebreide uitleg van de Hypnose, Regressie en Voice dialogue therapieën. Uiteraard vergoeden de meeste zorgverzekeraars ook deze behandelingen.

Voedingsdeskundige en Orthomoleculair Therapeut.

Zoals het er nu uit ziet gaat Romy van Kleef in 2022 in opleiding tot Voedingsdeskundige en Orthomoleculair Therapeut. Beide opleiding zal zij gaan doen op HBO-niveau.

In de komende nieuwsbrieven zullen wij u regelmatig op de hoogte houden.

Behandelde tekeningen, schilderijen, visitekaartjes, mokken en glazen.

Tijdens de Groepshealingen, beurzen en in de praktijk verkopen wij tekeningen, schilderijen, mokken en glazen waar de krachtige helende en positieve energie van Gert en Romy inzitten.

Tekeningen en schilderijen

Romy maakt de mooie tekeningen en schilderijen zelf. Deze zijn te koop voor € 20 inclusief lijst.

Hang een tekening of schilderij in een ruimte en de hele ruimte zal verschoont worden van negativiteit en zich vullen met de krachtige helende en positieve energie van Romy en Gert. Veel mensen lieten ons al weten heel tevreden te zijn met de tekeningen en schilderijen.

Mokken en glazen

Als u uw drinken in de mokken of glazen doet, zal ook het drinken verschoont worden van negativiteit. Het drinken kan anders gaan smaken, ruiken en zelfs verkleuren. Neemt u bijvoorbeeld medicijnen in met het drinken uit de glazen en mokken, dan kunnen de bijwerkingen minder zijn of zelfs helemaal verdwijnen.

De Mokken en glazen kosten € 10.

Veel mensen hebben inmiddels al laten weten baat te hebben bij het gebruik van de tekeningen, mokken en glazen.

Kijk op www.groepshealing-relax-4u.nl/artikelen.html voor enkele afbeeldingen en uitleg.

Behandelde kaartjes tijdens de Groepshealingen in Soest

De visitekaartjes (met een vlinder erop) zijn ook behandeld met de zeer krachtige helende en positieve energie van Gert van Beek en Romy van Kleef. Deze kaartjes blijven GRATIS beschikbaar tijdens de Groepshealingen in Soest.

De visitekaartjes kunt mee naar huis nemen. Draag ze in uw kleding of leg ze onder uw kussen. Baat het niet, schaadt het niet. Deze behandelde kaartjes liggen exclusief bij de Groepshealingen in Soest.

Reacties op onze behandelingen en Groepshealingen.

Wij hopen dat u, zoals de vele mensen die u al voor gingen, een keer te mogen ontmoeten tijdens de Groepshealingen in Soest, online of tijdens de Paraview beurzen.

Wij hopen dat u dan ook veel mooie, positieve en liefdevolle ervaringen mag ervaren.

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

U mag altijd uw mooie ervaringen 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. U kunt ook uw mooie ervaringen aan ons mailen. Wij kunnen uw reacties dan, met uw toestemming, anoniem op onze websites en Facebookpagina's plaatsen.

Wij blijven het mooi vinden dat steeds meer mensen tegen ons zeggen; Als wij bij jullie binnenkomen (praktijk en Groepshealingen) of op een andere manier contact met jullie hebben voelen we gelijk verbeteringen in onze klachten en veel ontspanning en liefde.

Onze praktijk in Amersfoort.

Steeds meer mensen worden vanuit de Praktijk Ondersteuning Huisartsen (POH)-GGZ naar ons gestuurd. Ook deze mensen kunnen wij met veel succes behandelen.

Mede daardoor blijft het in onze praktijk in Amersfoort alsmear drukker worden. Mensen komen zelfs uit België en Duitsland naar onze praktijk toe voor een behandeling. Alleen in 2021 hebben wij al ruim 20 mensen doorgestuurd gekregen vanuit de reguliere zorg. Dat is natuurlijk helemaal top.

Ondanks de drukte, blijven wij met man en macht proberen om ervoor te zorgen dat nieuwe 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.

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

www.groepshealing-relax-4u.nl

- Voor onze Groepshealingen en beursactiviteiten

www.relax-4u.nl

- Voor informatie over onze behandelingen in de praktijk die vergoed worden door de meeste zorgverzekeraars

Op deze pagina vind u in de toekomst ook alle informatie over de Voedingsdeskundige en Orthomoleculair therapeut

www.relax-4u.com

- Informatie over ons werk op Curaçao, voedingsadviezen en Interval Vasten (Intermittent Fasting)

Foto's, voorwerpen, medicijnen en andere materialen

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.

Deze foto's en voorwerpen mag u ook, net als eventueel meegebrachte eten, drinken en (reguliere) medicatie, GRATIS één op één laten behandelen door onze mensen als u in Soest bent.

Bij uw medicatie, eten en drinken en via de foto's kan er ook veel veranderen.

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

Naam beurs:	Datum:	Plaats:	Locatie:
- Paraview	5 en 6 februari 2022	Nijmegen	Goffert stadion
- Paraview	19 en 20 februari 2022	Sassenheim	Van der Valk hotel
- Paraview	5 en 6 maart 2022	Hilversum	Dudok Arena
- Paraview	2 en 3 april 2022	Rotterdam	Zevenkampse ring
- Pasar Malam *	5 en 6 november 2022	Rijswijk	De Broodfabriek

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

Op alle andere beurzen verzorgen wij dagelijks Groepshealingen.

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

Adres praktijk:

Relax-4u
Beukstraat 70
3812 MK Amersfoort

Adres Groepshealingen:

Relax-4u
Weteringpad 80
3762 ES Soest

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

De volgende nieuwsbrief kunt u verwachten rond 1 februari 2022.

Veel liefs en misschien tot de volgende Groepshealingen, beurzen of behandelingen.

Paramedische Complementaire Natuurgeneeskundige Therapeuten
Gert van Beek en Romy van Kleef



Wilt u de nieuwsbrieven niet meer ontvangen, klik dan hier