

Nieuwsbrief

maart 2021

praktijk voor
holistische verzorging
natuurgeneeskundig therapeut

José van Stokhem



Boedekerstraat 30
7411 RZ Deventer
T 0570 613174
E lichtpost@hetnet.nl
www.lichtpost.nl



**'Moedig ga ik de
natuur, medemensen
en dagelijkse
uitdagingen tegemoet'**

Eindelijk weer open!
Ik heb zo'n zin om weer aan het werk te gaan!
Vanzelfsprekend hanteer ik de veiligheids- en hygiëneregels van het RIVM.



Element Hout

© 2006 ACJA Aduurder/lyana

Heb jij ook al de lente kriebels? Krijg je zin om je kasten op te ruimen? Dat is de energie van het Hout-element, dat zorgt voor de energiestroom via de spieren en pezen. Bij stress merk je dat de energie niet lekker stroomt en voel je spierpijn aan bijv. nek en schouders. De bijbehorende lever en galblaas krijgen dan extra spanning, waardoor ze hun werk niet meer optimaal doen. Dit merk je o.a. aan minder goede vetvertering, suikers die niet goed verwerkt worden, boosheid, weerstand, snel aangevallen voelen, frustraties, niet opkomen voor jezelf of oogproblemen. De Phyto 5 producten brengen voelbaar energie en zichtbaar balans. Is jouw Hout-element in balans, dan voel je evenwicht tussen beweging en rust, yin en yang. Je bent spontaan, vindingrijk, sportief of creatief. Je hebt de kracht en het zelfvertrouwen om in actie te komen. Maar je kunt vooral op een prettige manier zeggen wat je op je 'lever hebt'. Vraag lichtbelletje nr. 4 aan voor een milde ondersteuning van de lever of maak als eerste Lente-actie een afspraak voor een heerlijke Hout-behandeling.

Olie kauwen

Je zou haast vergeten dat dit de tijd is voor een normale verkoudheid of voorjaarsgriep. Wil jij je immuunsysteem versterken? Start dan morgenochtend direct met oliekauwen of oilpulling. Weet je niet meer precies hoe dat ging? Vraag dan lichtbelletje nr.1 aan. Op je gezondheid!

Wie wil jij verrassen?

Ken jij iemand in je omgeving die juist nu wel een oppepper kan gebruiken? Verras diegene dan met een kadobon voor een heerlijke gezichtsbehandeling, ont-stressende massage, lymfedrainage of borstweefselbehandeling. Een lichtpuntje om naar uit te kijken. Bestel nu je kadobon en ik doe er een leuke verrassing bij! Mail naar lichtpost@hetnet.nl

Gratis Quantum touch afstandshealing

Dank je wel voor jouw bijdrage aan de afstandshealing die ik tijdens de lockdown elke maandagavond gaf! De belangstelling is enorm groot en maakt me blij. Vanaf 3 maart zal de healing weer elke eerste maandag van de maand plaatsvinden. Doe je mee? Je kunt je aanmelden via facebook of mail.

Spreek van de dag

Kun je zelf ook wel een oppepper gebruiken en vind je het fijn om je dag met een glimlach te beginnen? Meld je dan aan voor de gratis spreuk van de dag van 'voor positiviteit'. Het helpt. www.voorpositiviteit.nl/spreuk-van-de-dag/

Ik kijk er naar uit om je weer te kunnen ontmoeten!
Omdat ik je zo heb gemist, ligt er in maart voor iedereen een kadootje klaar

Een lentegroet, *José van Stokhem*