



## Wat een prachtige start van het voorjaar!

En ineens was de zon daar!  
Iedereen fleurt op en ik kan weer lekker buiten werken.  
Zoveel als het kan, werk ik in de tuin en voel me dan een bevoorrecht mens.  
Zo tussen de kipjes, het ontluikende groen en een bollenpracht, wordt het leven gemakkelijker.  
Sinds een paar weken leggen mijn 13 kippen volop eieren.  
Vandaar dat ze in de praktijk weer te koop zijn voor mijn cliënten.  
Lekkere gezonde scharreleieren!

## Versterking door Ilona Frets

Op dit moment kunnen Jenneke en ik het werk aan.  
Toch ben ik al in gesprek gegaan met therapeuten om een 3<sup>e</sup> therapeut te vinden, voor het moment dat het werk weer een vlucht neemt.  
Na een aantal prettige gesprekken met diverse therapeuten die dezelfde opleiding hebben gedaan als ik, heb ik met Ilona Frets nadere afspraken gemaakt en als het werk toeneemt, gaat zij op een aantal avonden en vrijdagmiddag werken.  
Voor mij heel prettig want dat betekent nog even niet verbouwen maar juist mijn praktijkruimte optimaal benutten. Ilona zal zich een volgende keer nader voorstellen. Welkom Ilona!

## Opnames

Na de aanschaf van een audio opnameapparaat, neem ik voortaan regelmatig hun eigen maatwerk ontspannings-trance op voor mijn cliënten.  
Zo kunnen zij deze ook thuis gebruiken en bereik je nog sneller en beter resultaat.

## Twitter en Facebook

De social media neemt een belangrijke plaats in voor bedrijven en Fonkel doet mee!  
Ik was al een paar jaar op LinkedIn te vinden  
<http://nl.linkedin.com/in/noorvangulikfonkel>.

Sinds 1 januari twitter ik en weet je wat? Ik vind het hartstikke leuk. Op mijn website is een twitterveld gemaakt zodat iedereen mijn laatste 3 'tweets' kan lezen.  
Je kunt me hier vinden op Twitter:  
<https://twitter.com/FonkelNoor>

Sinds dit weekend ben ik ook op Facebook gegaan. Het is even uitzoeken en ik doe vast en zeker wat rare dingen maar ik zal er snel genoeg in thuis zijn.  
Op Facebook ben ik hier te vinden:  
<https://www.facebook.com/NoorVanGulik>

## Van een cliënt

"Wandelen door de tuin van mijn leven met Noor.

Ik heb in mijn jeugd veel dingen meegemaakt. Dat deze dingen impact hebben op mij als persoon begreep ik natuurlijk wel. Toen ik echter een tijdje geleden tegen de strenge eisen die ik aan mijzelf stelde aanliep, kon ik nog niet vermoeden hoe alles met elkaar te maken heeft.

Eigenlijk ontmoette ik Noor vanuit een heel andere setting, namelijk op een netwerkborrel. Daar voelde ik meteen een klik. Langzaam begon er iets in mij te borrelen, ik speelde met de gedachte om Noor eens te benaderen om mijn gevoel mee te bekijken.  
Na de tweede keer dat ik Noor ontmoette, besloot ik te mailen met de vraag of zij iets kon met mijn vragen. En dat kon ze! Na het eerste kennismakingsgesprek was het voor mij duidelijk. Hier durfde ik mezelf te zijn, en hier durfde ik te delen.

Vol overtuiging wandelen we door mijn wereld heen, daarbij benoemend wat er nu eigenlijk dwars zat. Al vrij snel volgde er een sessie om mijn hoofd leeg te maken. Ik voelde me vanaf dat moment al een heel ander mens. Ik kon beter kijken naar mezelf als persoon en liet al mijn vaste denkpatronen los. Ik voelde mezelf groeien, na iedere sessie.

Altijd heb ik gedacht dat ik een heel sterk persoon was, door de manier waarop ik dingen in mijn leven heb opgepakt. Niet toegeven aan verdriet, maar voortdurend streven naar mezelf verbeteren waren daarbij mijn streven. Ik heb geleerd dat alleen de sterkste mensen in staat zijn hun zwaktes te delen en dat geeft zo een gevoel van bevrijding.

Ik ben op dit moment nog bezig met de laatste sessies, maar ik kan nu al zeggen dat ik veranderd ben als mens. Rustiger, creatiever (voor mijn vak wel zo prettig!) en vooral minder hard voor mezelf.

Ik had niet kunnen denken dat de sessies bij Noor zo een groot verschil zouden maken, maar dat doen ze! Ik heb me dan ook nooit geschaamd voor het benaderen van Noor, ik voel me er juist trots op! Ik kan alleen maar zeggen: geef jezelf maar over aan het proces; Noor is een fantastische gids die ervoor zorgt dat je op eigen kracht je weg vindt!!"

Brenda, Beta Phi Communicatie.

Dank je wel, Brenda! Wat een mooi verhaal. Je kunt wel zien dat jij tekstschrijfster bent! (Noor).

## Viva-la-Donna-dag

29 mei is het weer Viva-la-Donna-dag! De dag waarop we mensen met kanker mogen verwennen. Ik ben zelf ook verwend toen ik kanker had en ben ieder jaar trots dat ik nu iets terug kan doen! Met gratis ontspanningstrances door middel van visualisaties!  
Mensen kunnen zich aanmelden!

## VOV

Regelmatig ga ik netwerken bij Vrouwen Ontmoeten Vrouwen.  
(<http://www.vrouwenontmoetenvrouwen.nl/welkom.php>)  
In februari mocht ik meewerken aan een thema-bijeenkomst over relaties. Er was een Pauw&Witte-man-achtig interview met diverse vrouwen die iets over relaties konden vertellen. Grote opkomst: meer dan 100 vrouwen. Een inspirerende middag!  
Op de 3e foto bovenaan zie je mij in 'mijn standje'.

## Vergoedingen

Verwarring over de vergoedingen voor het volgen van therapie. De bezuinigingen treffen het GGZ en de psychologen maar NIET mijn werk. Nog steeds worden mijn sessie vergoed door bijna alle ziektekostenverzekeraars, uit de aanvullende pot.  
Mooie bijkomstigheid is dat het niet van het eigen risico afgaat. We weten niet wat de toekomst brengt maar vooralsnog krijg je bijna altijd een vergoeding!

## Coachingskalender

Deze ligt bij mij thuis in de wc, dagelijks geniet ik van de mooie uitspraken en de teksten die erbij horen. Ik zal voortaan iedere nieuwsbrief een spreuk aan jullie doorgeven die ik erg goed vind. Deze keer:  
"Je zorgen maken over iets wat nog niet gebeurd is, is als rente betalen over geld dat je nog niet hebt geleend".

## Boek 'Leef je leven licht' van Sandra Boer

Je hebt niet altijd invloed op wat er gebeurt in je leven. Waar je wel invloed op hebt, is de manier waarop je reageert. Sandra vertelt in haar boek hoe je de controle krijgt over jezelf en hoe je van overleven naar leven komt. Zodat je je iedere keer opnieuw kunt aansluiten op de stroom van het leven.  
Een praktisch en goed leesbaar boek. En ziet er nog leuk uit ook!

## Intervisie

Wat is intervisie?  
Intervisie is een georganiseerd gesprek tussen mensen die werkzaam zijn in hetzelfde vakgebied. Het is ook een vereiste van de beroepsvereniging om intervisie te volgen. Met Mirjam Nederlof (<http://www.estive.nl/index.php>) en Jenneke Endepoel (<http://www.jectherapie.nl/home>) heb ik regelmatig een dag dat wij praten over de werkzaamheden en alles wat daarbij komt kijken, problemen, deskundigheid, materiaal uitwerken, oefenen, etc. Hele zinvolle dagen waar ik veel van leer!

## Praktijk

Weet jij iemand in je omgeving die wel wat hulp kan gebruiken? Verwijs ze gerust naar **Fonkel**, van harte welkom voor een gratis kennismakingsgesprek!  
Ook als je zelf behoefte hebt aan wat ondersteuning. De meeste mensen ontvangen een (gedeeltelijke) vergoeding van hun ziektekostenverzekeraar.

## Vragen of contact?

### Fonkel therapie en training

Capucijnenstraat 34  
5074 PH Biezenmortel.  
[www.fonkel.nu](http://www.fonkel.nu) / [info@fonkel.nu](mailto:info@fonkel.nu) / 013 - 533 39 37.

Reacties zijn van harte welkom en heel graag tot ziens!  
Noor van Gulik.

Jaargang 4, Nieuwsbrief 11, Maart 2012

