



Met Hanny - nieuws, tips en inspiratie

Beste {{voornaam}},

Heb jij dat nou ook weleens, dat je twee keer met je ogen knippert en dat er dan ineens alweer een half jaar voorbij is? Voor mijn gevoel is het afgelopen half jaar omgevlogen.

Zo tegen het einde van het jaar voelde het even alsof alles in het oude jaar nog moest worden afgerond. Druk, druk, druk. Blij was ik met twee weken Kerstvakantie waarin ik genoot van familie, van lekker lezen, van even meer in de stilte zijn. En onvermijdelijk brak de jaarwisseling aan:

Welkom in 2023!

Ik ben het nieuwe jaar gezellig en rustig gestart en ben nog een beetje aan het broeden op wat het komend jaar mag worden. Mooi eigenlijk dat *broeden*. Voor mij gaat het in dit geval over ideeën die ergens sluimeren, in het donker rustig groeien en vorm krijgen tot ze in het licht gezet worden. Ik weet nog niet wát er allemaal aankomt maar voel wel al de levendigheid van nieuw.

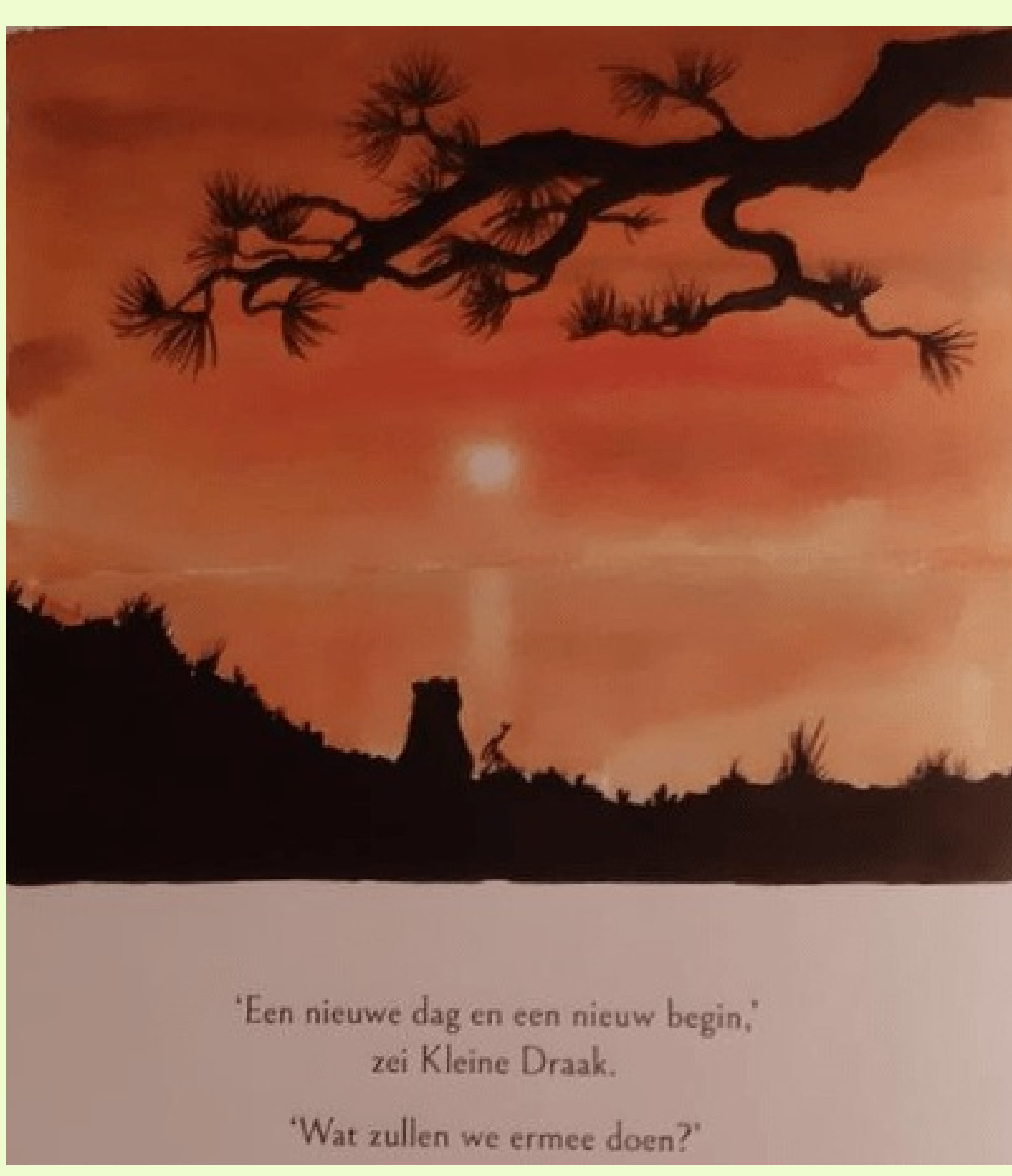
Hoe ben jij het nieuwe jaar ingestapt?

uit: Grote Panda & Kleine Draak - door James Norbury

Ken je het boek 'Grote Panda & Kleine Draak' al? Ik vind het een prachtig boek met mooie prenten en teksten die herkenbaar, ontroerend en prikkelend zijn. Regelmatig sla ik het boek op een willekeurige bladzijde open en neem het plaatje en de tekst dan ter inspiratie of overdenking mee in mijn dag.

Onderstaande pagina geeft mooi weer hoe ik het nieuwe jaar ben ingestapt. Zo'n nieuw jaar wat voor me ligt maakt me altijd nieuwsgierig. Wat gaat 2023 me brengen, wat wil ik dit jaar doen en ontdekken, voor welke wensen en ideeën is de tijd rijp. Ik ga het ontdekken en zet mijn stappen in het nieuwe jaar vanuit rust en nieuwsgierigheid.

En dat kun je natuurlijk elke dag opnieuw doen.



De wintertijd - genieten van het donker.

De wintertijd, met z'n lange donkere dagen, nodigt uit om even wat rustiger aan te doen, te bezinnen, terug te kijken en, als na Kerst de dagen weer langer worden, vooruit te kijken naar het nieuwe jaar. In stilte, in donker ontstaan vaak nieuwe ideeën - is mijn ervaring. Donker heeft zo zijn eigen charme en kwaliteiten. Hoe leuk is het dan om daar iets mee te doen in de wintertijd? In samenwerking met Carin Wennink is zo "In het bos van Donker" ontstaan.



Dit is een avontuurlijke ontdekkingsreis in het donker, voor deelnemers van 9 tot 99 jaar.

Ontdekken in het donker

Met je ogen open in het donker. Voelen met je voeten, horen met je oren, ruiken met je neus, proeven met je tong. Een tocht door het bos, het donker ontdekken, je zintuigen openen.

Weet jij eigenlijk wel hoe knap je lijf in elkaar zit als het licht uit is? Met al je zintuigen kan je prima je weg vinden. Zelfs in een donker bos.

Zo kun je ontdekken dat het donker eigenlijk helemaal niet zo eng is, maar best leuk om samen op stap te zijn. Het bos leren kennen met de kracht van je eigen zintuigen.

Samen ontdekken en spelen, met het bos en het donker. Ga je mee??

Voor de derde en laatste keer deze winter ontdekken we "het bos van Donker" **op vrijdag 13 januari 2023**. Meer informatie vind je op: methanny.nl/activiteiten/ aanmelden kan via een mailtje naar welkom@methanny.nl.

Broedsels - nieuwtjes - vooruitblik

- in maart rond ik de training traumaheling bij baby's en peuters af. Ik heb mezelf al 2 blokken van 4 dagen mogen onderdompelen in deze boeiende, leerzame training en kijk erg uit naar het laatste blok.
- In het voorjaar én in het najaar zal opnieuw de workshop "ik ben 9" voor ouders gepland worden. Hou nieuwsbrieven en website in de gaten als je geïnteresseerd bent. Heb je hierover al een vraag, stuur me gerust een mailtje.
- Idee in wording: een driedaagse (creatieve) workshop voor kinderen van 8-12 jaar om zelfkennis, zelfvertrouwen, kwaliteiten en talenten te ontdekken. Wordt vervolgd.....
- Met Hanny doet ook dit jaar weer mee met de Open Praktijkdag Uden



Samen met verschillende andere enthousiaste praktijkhouders in Uden e.o. ga ik me hierop deze komende periode voorbereiden. Op **zondag 16 april tussen 11:00 en 15:00** zetten we **deuren open!!** Zo kan iedereen een kijkje komen nemen en kennis maken met onze praktijken. Wat Met Hanny die dag gaat aanbieden..... Daarover lees je in een volgende nieuwsbrief en op mijn website.

Tot slot,

wens ik je een verwondervol nieuw jaar toe.

Speelt er iets waarbij jij of je kind een steuntje in de rug kan gebruiken? Heb je een vraag, wil je ergens over sparren of merk je dat een frisse blik en handvatten welkom zijn? Bel of mail me gerust, ik denk en kijk graag met je mee.

Hartelijke groet,
Hanny den Boer



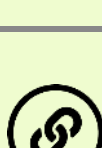
Met Hanny - Kinder & Jeugdtherapie

www.methanny.nl

hanny@methanny.nl - 06 23827446



Facebook



MetHanny



LinkedIn



Instagram

Deze e-mail is verzonden aan {{email}}. • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#). • U kunt ook uw [gegevens inzien en wijzigen](#). • Voor een goede ontvangst voegt u hanny@methanny.nl toe aan uw adresboek.

