



Lieve mensen, hierbij de nieuwsbrief van september 2025.

Voor bijna iedereen zit de vakantie er weer op en gaan we ons voorbereiden op de herfst, winter, Sinterklaas, het kerstfeest en de jaarwisseling met, voorlopig, voor het laatst vuurwerk. Voor de één een zegen. Voor de ander zal het voelen alsof er weer iets van hen wordt afgepakt. Waar ik alleen bang voor ben is dat het illegale vuurwerk nog veel meer wordt met de daarbij nog meer schade en letsels. Want hoe we er ook tegenaan kijken. De cijfers in de ziekenhuizen en van de politie laten elk jaar weer zien dat bijna 90% van de schade en letsels wordt opgelopen door illegaal vuurwerk dat het hele jaar gekocht kan worden in België en Duitsland. En handhaven is nagenoeg onmogelijk met onze open grenzen. En zolang het mogelijk is vuurwerk online in het buitenland te bestellen dat gewoon aan de deur wordt afgegeven door de bezorger, zal dat illegale vuurwerk en de daarbij horende overlast nooit minder worden. Dus ook met een vuurwerkverbod in Nederland, blijf voorzichtig op straat rond de jaarwisseling.

Maar wat veel belangrijker is voor onze gezondheid?

Hoe komen we de komende winterperiode weer door zonder (ernstig) ziek te worden door virussen en winterdepressies?

Daarom verderop in deze nieuwsbrief een stukje met tips die uzelf kan doen en wat er via de (huis)arts mogelijk is.

Afgelopen maanden heb ik geen beurzen gedaan. Maar dat wil niet zeggen dat ik stil heb gezeten.

In de praktijk was het buitengewoon druk ondanks de vakanties. Maar ook met andere dingen had ik het waanzinnig druk. Maar ik ga nu weer de draad oppakken.

Afgelopen weken zijn er weer nieuwe video's online gekomen op Facebook en Youtube. Alleen zal u bij de video's niet meer het woord "Groepshealing" aantreffen. Het gebeurt zelden dat er meerdere mensen te gelijk naar dezelfde video kijken. Laat staan dat er een hele groep mensen naar dezelfde video kijken op hetzelfde moment. Dus in bijna alle gevallen is er van een GROEP geen spraken. En dus ook niet van een Groepshealing. Vandaar dat ik het woord "Groepshealing" uit de geschreven teksten geschrapt heb. De video's blijven ongewijzigd. Dus in de video's zal ik nog regelmatig spreken over Groepshealing. Maar als er nieuwe video's online komen nadat u deze nieuwsbrief heeft ontvangen, zal het woord Groepshealing nagenoeg niet meer genoemd worden.

LET OP:

WIJZIGING OPENINGSTIJDEN VAN DE PRAKTIJK.

Per **1 juni 2025** is de praktijk op de dinsdag, vrijdag, zaterdag en zondag gesloten vanwege mijn verplichtingen in de lokale politiek in mijn woonplaats Amersfoort en de daarbij horende werkbezoeken.

Woensdag 18 maart 2026 zijn de gemeenteraadverkiezingen in Nederland.

Als het goed is, wordt ik op woensdag 1 april 2026 geïnstalleerd in de gemeenteraad van Amersfoort.

Met ingang van woensdag 1 april 2026 is de praktijk dan weer open op de dinsdag maar gesloten op de woensdag.

WAARSCHUWING

Vaak raad ik mensen aan om een multi vitamine en mineralen te slikken.

Voor de multi vitamine adviseer ik dan altijd Centrum Energy en voor de mineralen Lucovital.

Ik verdien daar niets aan, je kan die pillen ook niet bij mij kopen en ik heb er geen enkel belang bij.

Maar ik hoor van cliënten dat er veel Alternatieve genezers zeggen dat er in Centrum en Lucovital veel E-nummers zitten en adviseren dan de pillen die zichzelf aan jou verkopen en er dus aan verdienen.

In Centrum en Lucovital zitten **GEEN** E-nummers en geen vulmiddelen.

Maar als u zich beter voelt bij de dure multi vitamines en mineralen die een therapeut aan jou wil verkopen, het is jou geld. Ik adviseer alleen maar.

Wat staat er verder in deze nieuwsbrief?

- Groepshealingen
- Vermelding in het Therapeutenkompas.nl
- Vakantie, Feestdagen en beurzen
- Komende beurzen
- Slagingspercentage bij Relax-4u
- Nieuwsbrieven online
- Alternatief en regulier uitgelegd ("Hoe voorkom ik dat mijn vitamine D (weerstand) verdwijnt in de winter).
- Huisartsen en Relax-4u
- Uitbreiding behandelingen in de praktijk
- Verzekeraars
- Reisafstand van uw huis naar Relax-4u te groot?
- Groepshealingen op de beurzen
- Groepshealingen op Youtube en Facebook
- Op afstand behandelen
- Behandeling van dieren
- Hypnose en Regressie
- EMDR
- Behandelde visite kaartjes
- Reacties van mensen tijdens en na de (groeps)behandelingen
- Websites
- Beurs-agenda

Groepshealingen en online video's

Sinds maart 2025 staan er een groeiend aantal video's online op Facebook en YouTube.

En ik probeer wekelijks nieuwe video's online te plaatsen. Iedere video heeft een ander thema.

Ook de online video's die in de toekomst online komen, hebben verschillende thema's.

Natuurlijk kunnen de video's en Groepshealingen nooit een vervanging zijn voor één op één behandelingen.

Dat was ook de reden waarom de Groepshealingen in Soest NOOIT vergoed werden door zorgverzekeraars.

De online video's op Facebook en YouTube zijn een groot succes. Maar alleen bedoelt om u te laten ervaren wat er mogelijk is met uw klachten. Maar ook dan kan er van alles bij u gebeuren. Het aantal abonnees op mijn YouTube kanaal en het aantal volgers op Facebook blijven toenemen.

Ruim 80% van de views worden gedaan door NIET volgers. Dit had ik vooraf niet durven dromen.

Elke week probeer ik nieuwe video's online te zetten.

Vanwege de drukte in de praktijk, de drukte die de lokale politiek en de vakanties is dat de afgelopen tijd niet gelukt.

Maar ik ga de draad weer oppakken en ga mijn best doen om weer elke week video's te plaatsen.

Inmiddels staan de video's online over alle Aura's, en Chakra's.

Ik zal ook nog video's online zetten met andere informatie zoals ziekten, aandoeningen en voeding.

En de mensen die dat willen, kunnen de video's downloaden van de sites.

Op Youtube staan de video's in mappen (playlist) zodat de video's met thema's makkelijk terug te vinden zijn voor de mensen. Denk bij thema's aan Chakra's, Aura banen, Voeding, ziekten en zo van alles.

In de meeste video's zijn ook kleine oefeningetjes om te ontspannen en basis zelfbehandeling.

Als je op mijn kanaal op YouTube bent, klik je op "Playlist" en je ziet alle mappen.

Onder elke afbeelding zie je nu de zin staan "Hele playlist bekijken". Klik op die zin en zie alle afleveringen in die map/playlist.

De video's zijn rond de 10 minuten. En dan zou je denken; Wat kan er in 10 minuten? Er kan veel in 10 minuten. Tijdens de Groepshealingen op de Paraview beurzen laat ik in een demonstratie de mensen zien wat er kan in zelfs enkele seconden. Ook hebben meerdere mensen dat op de beurzen ondervonden wat er gebeurd als zij een paar minuten met me staan te praten. Maar je kan op YouTube altijd klikken op "speel playlist". Dan worden alle video's die in die playlist staan, achter elkaar afgespeeld. Dan heb je zomaar een video-healing heb van meer dan 2 uur.

De meeste video's zijn met kleine oefeningetjes die ik ook tijdens de Groepshealingen op de beurzen doet. En mijn ervaring, onder andere in de coronatijd, is dat de online video's hetzelfde resultaat hebben als op de Groepshealingen op de Paraview. Maar ook hier weer opletten. Tijdens het bekijken van de video's kan er van alles gebeuren. Maar ook in de uren of zelfs dagen er na kan je nog positieve dingen ervaren. Of dat mensen uit uw omgeving ineens zeggen; Wat ben jij veranderd? Wat doe je.

De video's kan je altijd, op een tijd en plaats dat jou schikt, bekijken.

De video's zijn te vinden op:

- Voor de video's op YouTube, klikt u [hier](#). (of zoek op: gertvanbeek2897)
- Voor de video's op Facebook, klikt u [hier](#). (of zoek op: Relax-4u)

Op mijn YouTube kanaal kan jij je abonneren op mijn kanaal. Als ik dan een nieuwe video's online zet op YouTube, ontvangt u automatisch een melding en link.

Zoals geschreven, staan op YouTube de video's in mappen (playlisten). Als je op mijn kanaal op de knop "Playlist" klikt, zie je alle video's in die Playlisten bij elkaar staan. Er is een Playlist voor bijvoorbeeld alle Chakra's, alle Aura banen of over voeding. Op die manier zijn de video's met jou interesse makkelijk te vinden. Uiteraard blijf ik ook Groepshealingen van ongeveer 1 uur verzorgen op de Paraview beurzen waar ik aanwezig ben en op Spirituele verenigingen waar ik uitgenodigd wordt.

En zoals ik altijd zegt; Een Groepshealing en video-healing zijn nooit een vervanging voor een één op één behandelingen. Met één op één behandelingen kan ik natuurlijk heel gericht op klachten behandelen. Met een Groepsbehandeling en video-healing kan dat niet. Maar dat neemt niet weg dat er ook tijdens Groepshealingen en video-healing veel kan en mag gebeuren.

Vermelding in het Therapeutenkompas.

Sinds dit jaar ben ik ook vermeld op www.therapeutenkompas.nl van VGZ.

Het Therapeutenkompas is een bekend platform is waar mensen zorgverleners kunnen vinden en vergelijken.

De zichtbaarheid van mijn praktijk wordt dus nog groter en ik kom nog meer in contact met potentiële cliënten die op zoek zijn naar alternatieve zorg (complementaire zorg). Uit cijfers weten we dat het online zoeken naar zorg en zorgverleners een steeds belangrijker middel is geworden om een zorgverlener te vinden.

Vakantie, feestdagen en beurzen.

Vanwege de vakantie en feestdagen sta ik met Relax-4u niet op beurzen in de maanden augustus en december.

Ook in de maand juli sta ik heel spaarzaam op beurzen en dan nog alleen in de eerste 2 weekenden.

Komende beurzen.

De komende beurs waar ik staat, is de Paraview op 13 en 14 september in Dalfsen bij Zwolle. Op beide dagen verzorg ik weer Groepshealingen met demonstraties wat er mogelijk is met mijn uitzonderlijke sterke helende energie

zonder u aan te raken, Chakra- en Aura healingen, korte en eenvoudige Mindfulness oefeningen voor thuis en voedingsadviezen.

Slagingspercentage van de behandelingen van Relax-4u

Het slagingspercentage tijdens en na mijn behandelingen, sessies, (online) Groepshealingen, in de praktijk, op de beurzen en bij de Spirituele verenigingen blijft onverminderd hoog.

Tijdens en na de eerste behandeling van Relax-4u melden de cliënten ook in 2025 weer dat ruim 97% van hen verbeteringen ervaarde.

Ook het percentage cliënten dat na 3 tot 5 behandelingen dusdanige blijvende verbeteringen heb dat verder behandelen vaak niet meer nodig was, was in 2024 onveranderd hoog tot wel bijna 80%. Ook in 2025 blijven deze cijfers onverminderd zo hoog.

Ruim 70% van de cliënten blijven dan alsnog 1 keer per maand bij Relax-4u terugkomen voor wat zij dan een "Onderhoudsbeurt" noemen.

Maar helaas zijn er ook nog altijd mensen die denken dat ik kan toveren. Zij denken dan met 1 behandelingen klaar te zijn en lopen dan teleurgesteld weg als dat niet lukt. En dat is dan jammer omdat zijn hun lichaam niet de kans geven om op een natuurlijke manier te herstellen.

Natuurlijk kan het dat met 1 behandeling de klachten weg zijn. Maar je mag daar nooit op rekenen. Geef je lichaam de kans om zichzelf te herstellen.

Zover ik weet vergoeden, met uitzondering van FBTO en EUcare, alle zorgverzekeraars de behandelingen van Relax-4u geheel of gedeeltelijk. Ook mijn behandelingen op de beurzen worden vergoed door de zorgverzekeraars.

Voor deze vergoedingen dien je wel een aanvullende verzekering te hebben.

De kosten gaan overigens NIET af van je eigenrisico. En omdat ik officieel erkent zorgverlener ben, kan je alles wat bij mij niet vergoed wordt door de zorgverzekeraars, opgeven bij je jaarlijkse aangifte inkomstenbelasting.

Alle nieuwsbrieven staan online.

Heeft u een nieuwsbrief niet ontvangen of wil u een nieuwsbrief teruglezen?

Met het verschijnen van de nieuwsbrieven bij de abonnees, komen de nieuwsbrieven van de maand ervoor online te staan op: www.groepshealing-relax-4u.nl

Door de vakanties komen er geen nieuwsbrieven uit in de maand augustus.

Onderwerpen alternatief en regulier uitgelegd.

Deze maand een stukje over "Hoe voorkom ik dat mijn vitamine D (weerstand) verdwijnt in de winter".

Waardoor ik o.a. (ernstig) ziek kan worden door bijvoorbeeld virussen en/of een winterdepressie oploopt.

De reden waarom mensen veel minder ziek zijn in de zomer dan in de winter is de hoge weerstand door UV-licht. UV-licht (zon of zonnebank) zet uw cholesterol om in vitamine D. En vitamine D verhoogd uw weerstand. En hoe hoger uw weerstand, hoe minder ziek je wordt bij een virusbesmetting. Dus is UV-licht voor de mensen eigenlijk een natuurlijke vaccinatie tegen alle virussen en een cholesterol verlager in één.

Maar in de herfst, winter en voorjaar is er minder zon en de zonnestralen hebben ook nog eens minder UV-licht. Dat mindere UV-licht komt omdat in de periodes herfst, winter en voorjaar de zon lager aan de hemel staat waardoor het zonlicht schuiner door de atmosfeer naar de aarde komt. Door die schuine baan legt het zonlicht een langere afstand en langere tijd af in onze atmosfeer waardoor er meer UV-licht uit het zonlicht gefilterd wordt. En daardoor wordt je vitamine D minder en dus wordt je weerstand minder, stijgt je cholesterol en moet je lichaam veel meer energie gebruiken om goed te blijven werken. Energie die dan niet gebruikt kan worden om virussen te bestrijden. En dan wordt je (ernstig) ziek.

In de praktijk hoor ik vaak in het voorjaar mensen klagen; In de winter voel ik me altijd zwak en vermoeid. Je lichaam schreeuwt dan om UV-licht en om vitamine D. Dan heb ik vaak zoiets van; Luister nu eens naar je lichaam.

Wat kan een reguliere arts hieraan doen?

Een reguliere arts kan vitamine D voorschrijven. Maar of je lichaam dat opneemt is lang niet altijd zeker.

Een arts zal dat ook nooit controleren want dat is nooit regulier onderzocht. En wat niet onderzocht en bewezen is zal de reguliere arts nooit erkennen. De arts kan je ook vaccineren. Maar vaccineren maakt je lichaam wel lui omdat je lichaam dan zelf niets hoeft te doen wat weer kans geeft op extra lang klachten als vermoeidheid en alsof er een griepje onder de leden zit dat niet over gaat. Dat zie je ook bij de griep vaccinatie. Mensen die niet gevaccineerd zijn en griep krijgen zijn met 1 of 2 weken (meestal ben je maar 2 of 3 dagen echt ziek) er weer helemaal bovenop en fit. Mensen die voor de griep wel gevaccineerd wordt hoor je bijna de hele winter klagen dat zij vermoeid zijn en snotterig. Maar voor kinderen, ouderen en mensen met aandoeningen kan de echte griep (influenza) gevaarlijk zijn. Maar dan nog is goede voeding, goede beweging, UV-licht en infrarood een goed alternatief voor de vaccinatie. Maar overleg dat wel met je huisarts. Want dit is wel heel persoonlijk en kan zeker niet zomaar algemeen aangenomen worden.

Wat kan jezelf op natuurlijke basis doen?

Allereerst natuurlijk goed op je voeding en beweging letten zodat je lichaam zelf gestimuleerd wordt om veel vitamine D aan te maken.

Verder kan je UV-licht gebruiken. Dat kan door zoveel mogelijk de zon in te gaan als die er is. En gebruik dan nooit een zonnebrand crème met een beschermingsfactor 50. Je krijgt dat geen UV op je huid en kan je lichaam ook GEEN vitamine D aanmaken. Gebruik liever niets en anders tot maximaal factor 25. En in januari en februari liever helemaal GEEN beschermingsfactor gebruiken. Maar je kan ook onder een zonnebank of zonnehemel of voor een UV-lamp gaan zitten.

MAAR OPPASSEN DAT JE NIET VERBRAND OF DAT JE HUID OOK MAAR IETS ROOD GAAT ZIEN.

En blijf in de winterperiode genoeg en effectief bewegen. Je wordt dus ook in de winter warm en moe tijdens het bewegen.

Liever 1 kilometer lopen dan 10 kilometer fietsen of 100 kilometer met de auto.

Door het voldoende en effectief bewegen maak je lichaam veel NK-cellen (Natural Killer Cells) aan die alle indringers (virussen en bacteriën) en verkeerd gemaakte of beschadigde cellen snel vernietigt waaronder ook veel kankercellen.

Kan je dan met goed bewegen kanker voorkomen?

NEE. Maar met goede voeding en goede beweging kan je wel de kans op kanker flink verminderen.

Voor mensen die om welke reden dan ook veel zitten, koop een ballanskussen. Leg die onder je voeten en je bent continu in beweging omdat de vaste grond onder je voeten weg is. Je bent dan met je voeten continu aan het corrigeren. Je voetafdrijving verbeterd aanzienlijk, je spierkracht in je benen verbetert flink en je hele bloedsomloop verbeterd aanzienlijk waardoor je hele lichaamsconditie verbeterd waardoor je lichaam aanzienlijk meer NK-cellen aanmaakt. En weg zijn de koude voeten, winter tenen, winter voeten, winter benen en je wintervingers.

Voor amper € 35 heb je al zijn balanskussen bij Bol.com. Ikzelf heb het ballanskussen die u ziet via deze link:

https://www.bol.com/nl/nl/p/gorilla-sports-balanskussen-wiebelkussen-balanstrainer-incl-pomp-rood/9300000029310435/?bltgh=oFH-F5A1LpuMbSuoikNDhQ.4_7.8.ProductTitle

Leg het kussen onder je voeten en zet je voeten erop. En binnen 10 minuten heb je al warme voeten en benen. En binnen 30 minuten zijn ook je rug, armen, nek en hoofd lekker warm. Is het in mijn woonkamer circa 20 graden, loopt bij mij het zweet al binnen 15 minuten over mijn rug en ben ik helemaal warm.

Pas wel op dat je in het begin zeebenen kan hebben als je opstaat. En als je gelijk extreem lang (langer dan een uur) in 1 sessie het kussen gebruikt, kunnen je spieren gevoelig gaan aanvoelen.

Gebruik het kussen, zeker in het begin, eigenlijk niet langer dan 20 tot 30 minuten aan 1 stuk en dan een uurtje niet.

Dus doe je voordeel met de tips voor een gezonde en vrolijke winterperiode.

Suicide preventie

Het telefoonnummer 113 is, zoor zover ik weet, tegenwoordig GRATIS.

Bij de 113 telefooncentrale (telefoonnummer 113) voor zelfmoordpreventie ben ik gecertificeerd als Gatekeeper. Dat wil zeggen, ik herken snel iemand met zelfmoordgedachten. Dan kan ik de zelfmoordgedachten bespreekbaar maken en de patiënt een lichtpuntje aanreiken en weer wat hoop, licht en lucht geven.

Gelijk bij het begin van de corona crisis zei ik al dat de maatregelen helemaal verkeerd zouden uitpakken. Helaas moet ik constateren dat ik ook hierin 100% gelijk heb gehad.

Al zeker drie jaar zie ik het aantal cliënten (vaak kinderen geboren na september 2019) met de gevolgen van die maatregelen in mijn praktijk komen.

Deze snel groeiende groep cliënten zijn mensenschuw, hebben straatvrees, hebben bindingsangsten, ernstige andere angsten en angstaanvallen in het algemeen en depressief. In mijn praktijk zijn zelfs kinderen van nog geen 10 jaar oud onder behandeling omdat zij zelfmoordgedachten of zelfmoordgevoelens hebben.

Daarom dat ik al vanaf 2020 opleidingen volgde in de (klinische) Psychologie. En ik heb opleidingen gevolgd bij de Academy 113 Suicide preventie. Bekent van de zelfmoord telefoonlijn 113. Steeds meer kom ik tussen de huisarts en de Psychiatrie in te staan. Huisartsen sturen vaak cliënten aan Relax-4u door die te slecht zijn voor de huisarts maar nog te goed zijn voor de acute opvang in de Psychiatrie. Voor deze mensen is dan regulier een wachttijd van bijna drie jaar. Soms zelfs nog langer. Deze mensen worden dan naar mij gestuurd door de huisartsen en Psychiatrie om die tijd te overbruggen en met de hoop dat ik hen kan helpen dan wel genezen zodat zij niet naar de psychiatrie heven.

(huis)artsen

Zoals u al las. Huisartsen, POH-GGZ medewerkers en Psychiaters en Psychologen blijven steeds meer cliënten aan mij doorsturen. Ook in 2024 heb ik veel afspraken gehad in de praktijk met cliënten die doorverwezen waren door huisartsen, POH-GGZ medewerkers, Psychiaters en Psychologen.

De praktijk van Relax-4u breidt daarom met steeds meer consulten uit

In de praktijk ben ik Energetisch Therapeut (o.a. Magnetiseren, Reiki, Quantum Touch en Chakra- en Aura healer). Voor o.a. de psychologie ben ik o.a. internationaal erkend Hypnotiseur, Voice Dialogue praktischer, Mindfulness Therapeut en Therapeut Klinische Psychosociale sessies. En nu dus ook voedingsdeskundige.

De verwijzingen door huisartsen en POH-GGZ medewerkers, Psychiaters en Psychologen komt natuurlijk ook omdat ik steeds meer psychische behandelingen in de praktijk van Relax-4u doet. Zoals bijvoorbeeld Mindfulness, hypnose en voice dialogue. Over deze sessies heb ik in eerdere nieuwsbrieven veel geschreven. Verder op in deze nieuwsbrief staat er ook een stukje over deze sessies.

Praktijk Relax-4u.

In de praktijk in Amersfoort is er steeds meer belangstelling voor de sessies met Hypnose, Voice Dialogue, Mindfulness en voeding. Zeker met Voice Dialogue kan er waanzinnig veel op lichamelijk gebied en op geestelijk- en psychisch gebied. Voice Dialogue blijkt op veel gebieden en bij veel klachten een zeer krachtige techniek met verbazingwekkende resultaten. Het is heel mooi te ervaren wat deze sessies en al mijn andere (energetische) behandelingen en massages voor de mensen mogen en kunnen doen. Elke minuut ben ik dankbaar voor wat ik kan en mag ervaren tijdens de sessies en behandelingen. Daar kan geen geld tegenop.

De verzekeraars.

Voor zover ik weet. Vergoeden nu alle zorgverzekeraars mijn behandelingen. Alleen FBTO en EUCare vergoeden helemaal NIETS.

En omdat ik Zorgverlener ben. Alles wat niet vergoed wordt plus uw reiskosten, kunt u bij de jaarlijkse belastingaangifte opgeven als "Niet vergoedbare medische zorg".

Mijn beroepsorganisatie BATC is druk bezig dat mijn consulten ook vergoed gaan worden vanuit de WMO (Wet Maatschappelijke Ondersteuning). Als dat zou lukken, kan iedereen zonder verwijzing, zonder tussenkomst van verzekeraars en zonder eigen bijdrage naar mijn praktijk komen voor consulten. Maar dat zal helaas nog wel even duren voor het zover is.

Groepshealingen op beurzen.

Op de Paraview beurzen waar ik met Relax-4u staat, verzorg ik elke per dag gratis Groepshealingen.

De Groepshealingen worden steeds drukker bezocht. In de Groepshealingen doe ik ook de Chakra- en Aura healing en demonstraties wat er mogelijk is met mijn unieke sterke helende kracht.

Kijk op de website www.papraVIEW.nl om te lezen op welke beurzen Relax-4u staat en voor de tijden van de Groepshealingen.

Voor de Groepshealingen op de Paraview beurs kunnen jullie je NIET aanmelden. Je kan op de beurzen zo naar binnenlopen bij de Groepshealingen. De toegang is gratis voor alle bezoekers van de Paraview beurs. De intree van de Paraview beurs zelf is € 5.

Relax-4u is niet op alle Paraview beurzen aanwezig. Kijk daarom altijd eerst op de website van Paraview of Relax-4u aanwezig is en hoe laat de Groepshealingen beginnen. (www.paraview.nl)

Tijdens de Groepshealingen mag je altijd foto's, sieraden en andere voorwerpen en speelgoed meenemen en neerleggen voor behandeling van mensen en dieren die niet aanwezig kunnen zijn of overleden zijn. Als de locatie het accepteert, mag je ook huisdieren meenemen naar de Groepshealingen op de Paraview. Informeer daarvoor altijd eerst bij de locatie of je dieren mag meenemen. Telefoonnummers staan op de website van de Paraview.

En natuurlijk kunt u mij ook uitnodigen om op locatie een Groepshealing te verzorgen.

Neem contact met mij op voor de mogelijkheden.

Groepshealingen op de beurzen en via YouTube en Facebook.

Bij de Groepshealingen op de Paraview komt, zoals geschreven, nog iets bij. Groepshealingen via YouTube en op Facebook van ongeveer 10 minuten. In die ongeveer 10 minuten doe ik dan een Groepshealing zoals ik ook op de Paraview doet. Maar dan op afstand. Ook in die video's vertel ik stukjes over Chakra- en Aura healing, voeding, gedachten en andere onderwerpen. Die video's kan je dan op je gemak bekijken wanneer het jou uitkomt en eventueel, als u dat wenst, downloaden.

Tijdens de Groepshealingen op Youtube en Facebook kan en mag je altijd foto's, sieraden en andere voorwerpen en speelgoed bij u neerleggen voor behandeling van mensen en dieren die niet aanwezig kunnen zijn of overleden zijn.

Reisafstand tussen uw huis en mijn praktijk in Amersfoort.

Vaak krijg ik, met name, op de beurzen te horen; Uw praktijk in Amersfoort is mij te ver weg.

Waar die mensen dan even niet bij stilstaan zijn:

- De zorgverzekeraars vergoeden mijn behandelingen of een groot deel van die kosten.
- Alles wat niet vergoed wordt kunt u bij uw jaarlijkse aangifte inkomstenbelasting aangeven.
- Reiskosten kunt u ook allemaal opgeven bij uw aangifte inkomstenbelasting.
- De meeste mensen zijn na circa 3 tot 5 behandelingen bij mij, klachtenvrij of zo verbeterd dat zij tevreden zijn en geen behandelingen meer willen.

Kijk dan eens even wat die 5 bezoeken aan mijn praktijk jou daadwerkelijk kost inclusief de reiskosten. En wat kost het jou aan behandelingen en medicatie kost bij andere therapeuten die niet hun behandelingen en reiskosten vergoed krijgen.

Op afstand behandelen

En niet geheel onbelangrijk. Ik kan je eventueel ook op afstand behandelen. De meeste behandelingen en sessies kan ik op afstand doen. Meestal gebruik ik daarvoor ZOOM of WhatsApp beeldbellen. Maar ik kan eventueel ook zonder beeldverbinding op afstand behandelen. Een ook de behandelingen op afstand worden geheel of gedeeltelijk vergoed door de meeste zorgverzekeraars.

En mijn ervaring is dat de mensen die ik op afstand behandeld, dezelfde resultaten ervaren als de mensen die naar de praktijk komen. Meestal zijn er in totaal 3 tot 5 behandelingen nodig om een dusdanige verbetering te hebben dat verder behandelen niet meer nodig is.

En ondanks alles probeer ik mijn behandelingen en sessies zo goedkoop mogelijk te houden zodat iedereen door mij behandeld kan worden.

Ook dieren, groot en klein, blijf ik behandelen.

In de praktijk behandeling ik ook huisdieren. Bij je thuis behandel ik alle dieren groot en klein.

Het mooiste aan dieren behandelen is dat dieren niet nadenken of geloven. Net als kinderen laten dieren het gewoon gebeuren. De wildste dieren worden zo mak als lammetjes onder onze handen of vallen bijna in slaap. Dat is voor mij en voor de diereneigenaren geweldig en super mooi om te ervaren.

Mits de locatie het toelaat waar de Paraview gehouden wordt en Relax-4u aanwezig is, zijn de dieren ook welkom bij de Groepshealingen op de Paraview. Dus als je dieren wil meenemen? Neem dan eerst contact op met de locatie.

Dieren en kinderen zijn altijd eerlijk en niet bevooroordeeld. Ook tijdens de (online) Groepshealingen heeft een dier en kind geen last van wel of niet geloven. En een kind of dier zal nooit positief of negatief reageren als er iets wel of niet gebeurt. Dieren laten, net als kinderen, de helende energie over zich heen komen en reageren daar goudeerlijk op. Het is dan ook voor ons altijd super mooi te ervaren hoe de dieren en kinderen op onze helende energie reageren. Ook tijdens de (online) Groepshealingen worden de drukste en wildste dieren zo mak als een lammetjes.

Hypnose, Hypnose power sessies, Regressie en Voice Dialogue.

Ik kan het niet genoeg zeggen en schrijven. Hypnose zoals u op tv ziet of in de theaters, heeft niets met hypnose te maken. Bijna altijd is dat in scene gezet en afgesproken werk.

Bij hypnose in mijn praktijk doe je geen gekke dingen die je normaal ook niet zou doen, heb je altijd zelf de regie in handen en weet je na de sessie precies wat je gedaan en gezegd heb. Hypnose is een sessie pure ontspanning.

Het aantal mensen die Hypnose, Regressie en Voice Dialogue behandelingen willen blijft nog steeds toenemen. En bijna altijd krijg ik van de mensen mooie verhalen terug over de effecten die zij ervaren na een behandeling van mij met Hypnose, Regressie en Voice Dialogue.

Kijk voor een uitgebreide uitleg over deze behandelingen op www.relax-4u.nl

Veel mensen die door de psychiatrie naar mij verwezen worden, behandel ik o.a. met deze sessies.

Met Hypnose, Regressie en Voice Dialogue kan ik je 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 kan ik dan behandelen. En de resultaten zijn verbluffend.

Voor hypnose sessies begin ik bijna altijd met een power sessie.

Tijdens een power sessie hypnose hoeft je als cliënt niet te praten. Je ligt ontspannen in een stoel of op de massagetafel in een trans van dagdromen en luistert naar de instructies en suggesties van mij.

In bijna 80% is één enkele sessie voldoende. Ik mag ook de letters CH (Certified Hypnotist) achter zijn naam zetten en ik ben als hypnotiseur erkent door het Dave Elman Hypnosis Institute in Amerika.

Voice Dialogue kan als 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.

Regressie therapie kan ook als een aparte therapie gedaan worden maar kan ook in een sessie hypnose.

Regressie therapie wil zeggen dat u in de sessie terug gaan naar de plaats en tijd van een gebeurtenis. Dat kan op verschillende manieren zodat je een heftige gebeurtenis niet nogmaals hoeft mee te maken.

EMDR.

In de sessies hypnose kan ik ook een sessie EMDR inbrengen. Dat klinkt natuurlijk even vreemd.

Een therapie EMDR is gebaseerd op oogbewegingen. Dan komt al snel de vraag; Kan dat dan in hypnose?

Het antwoord is heel kort en krachtig.

JA. Dat kan. Om in hypnose te zijn hoeft je namelijk je ogen niet gesloten te hebben. Je kan in hypnose je ogen ook open hebben. En dan ben ik instaat om EMDR te doen terwijl je in hypnose bent. En de ervaringen zijn waanzinnig. Ook hier is soms één enkele behandeling voldoende. Maar er zijn bijna altijd veel minder behandelingen nodig met hypnose/EMDR van mij dan met de reguliere EMDR in de GGZ. Een ander heel groot voordeel van EMDR in hypnose is dat je na een sessie niet oververmoeid ben en dagen lang moet herstellen.

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.

Behandelde kaartjes

Al mijn visitekaartjes zijn behandeld met de zeer krachtige helende, positieve energie en kracht van mij.

Draag de kaartjes in je kleding of leg ze onder je kussen. Baat het niet, schaadt het niet.

Deze kaartjes liggen in de praktijk in Amersfoort en op de beurzen op de tafels.

Wij kunnen deze kaartjes NIET opsturen omdat dan andere mensen deze kaartjes in handen krijgen waardoor de helende energie vervuild raakt.

Reacties op mijn consulten en Groepshealingen.

Ik hoop dat jullie, zoals de vele mensen die jullie al voor gingen, een keer te mogen ontmoeten tijdens de Groepshealingen op de Paraview beurzen en in mijn praktijk in Amersfoort.

En natuurlijk hoop ik ook dat jullie dan ook veel mooie, positieve en liefdevolle ervaringen mogen ervaren.

Ik vind het heel mooi en leuk als jullie dan die ervaringen met mij wil delen.

Je mag altijd de mooie ervaringen op mijn Facebookpagina's plaatsen. Relax-4u heeft twee Facebookpagina's.

Namelijk "[Relax-4u](#)" en "[Groepshealingen](#)". Je mag de mooie en liefdevolle ervaringen altijd op beide Facebookpagina's plaatsen. Je mag ook de mooie ervaringen aan mij mailen.

Ik blijf het mooi vinden dat steeds meer mensen tegen mij zeggen; Als wij bij jou 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.

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

www.groepshealing-relax-4u.nl

- Voor mijn Groepshealingen, beursactiviteiten en adviezen voor de (rijks)vaccinaties

www.relax-4u.nl

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

www.relax-4u.com

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

Foto's, voorwerpen, medicijnen en andere materialen

Uiteraard mag je altijd bij alle (online) Groepshealingen en in de praktijk foto's of voorwerpen meenemen van bekenden en/of overleden personen en dieren.

Deze materialen mag je bij de Groepshealingen op schoot of voor u op de grond leggen voor behandelingen.

De komende beurzen waar Relax-4u aanwezig is.

Onderstaande de planning voor de zaterdagen en/of zondagen die ik op de beurzen aanwezig ben:

Naam beurs:	Datum:	Plaats:	Locatie:
- Paraview	13 en 14 september 2025	Dalfsen	Trefkoele+
- Paraview	27 en 28 september 2025	Purmerend	Sporthal de Beuk
- Paraview	25 en 26 oktober 2025	Wijchen	't Achterom
- Paraview	1 en 2 november 2025	Haarlem	Panenkoeken Paradijs
- Paraview	16 en 17 november 2025	Amstelveen	Emergohal
- Paraview	3 en 4 januari 2026	van der Valk hotel	Sassenheim
- Paraview	17 en 18 januari 2026	Dudok Arena	Hilversum
- Paraview	8 februari 2026	Martiniplaza	Groningen

In de maanden augustus en december sta ik NIET op beurzen

Op de beurzen van Paraview verzorg ik elke dag Groepshealingen met Chakra- en Aura healing.

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

Op www.paraview.nl staan de tijden van de Groepshealingen.

En verder zijn de Groepshealingen alleen online en, op uitnodiging, op locatie.

Relax-4u

Beukstraat 70

3812 MK Amersfoort

033-88 76 398

info@relax-4u.nl

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

Heeft u na aanleiding van de nieuwsbrief vragen en/of opmerkingen. Laat het mij weten. Ik sta u graag te woord.

De volgende nieuwsbrief kunt u verwachten rond 1 oktober 2025.

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

Complementaire Zorgverlener, Gert van Beek



Wilt u de nieuwsbrieven niet meer ontvangen, klik dan hier