



Lieve mensen, hierbij de nieuwsbrief van oktober 2025.

De maand oktober is weer begonnen. We komen weer in een periode van koud weer, regen, harde wind, mist, sneeuw en gladde wegen. Onze weerstand en vitamine D rennen achteruit.

Maar dit zijn wel de maanden (oktober, november, december, januari en februari) waarop wij ons lichaam moeten voorbereiden op de zomer van 2026.

Als de zon schijnt, gelijk zo veel mogelijk de zon in. De zon is deze maanden niet sterk en je verbrand dus bijna niet. BIJNA. Dus altijd wel oppassen. Voordeel van de zon. UV-licht zet je cholesterol om in vitamine D. Dus een hoge weerstand en minder kans op ziek zijn door griep en corona. In zonlicht zit ook infrarood. Dus extra aanmaak van collageen in het lichaam. Dus doe je voordeel ermee.

Afgelopen maand weer de eerste beurzen gedraaid na de zomer vakantie.
Kijk voor de komende beurzen in de agenda verderop in deze nieuwsbrief.

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.

Moet ik vitamine slikken?

Bijna altijd raad ik mensen, zeker als zij 40 jaar of ouder zijn, aan om een multi vitamine en mineralen te slikken. Voor de multi vitamine adviseer ik bijna 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 zijzelf 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.

Door de drukte in mijn praktijk en mijn na-scholingen is het er helaas de afgelopen weken niets van terecht gekomen om nieuwe video's te plaatsen. Maar de "oude" video's werken altijd.

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 blijven 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 25 en 26 oktober in Wijchen bij Nijmegen.

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.

Mijn motto is altijd; Bij klachten, ziekten en aandoeningen. EERST VOEDING, DAN PILLEN.

Wist u dat alle reguliere medicijnen die u voorgeschreven krijgt van uw arts en zonder recept te koop zijn bij de AH en drogisterijen zoals Paracetamol, gebruik maken van Natuurgeneeskunde?

In alle reguliere medicijnen zit als vulmiddel Varkenskruid. Dat plantje staat, vaak als onkruid, gewoon in uw tuin.

In alle reguliere pijnstillers zit Lavendel. Ook dat plantje staat gewoon in heel veel tuinen.

Alle bij reguliere arts verkrijgbare medicijnen hebben voordelen.

Maar ook grote nadelen waar u nooit iets over hoort en leest.

Ook uw arts informeert u ook niet over de nadelen en vaak ontkennen ze de nadelen glashard terwijl u er zelf wel de klachten van heb.

Een voorbeeld hoe medicijnen werken.

Uw (huis)arts constateert dat u diabetes type 2 heb.

Hij schrijft dan insuline voor. Dat kan in de vorm van pillen of in de vorm van spuiten.

Dat werkt goed. Uw bloedsuikerspiegel gaat naar beneden. Maar insuline verhoogt wel uw cholesterol en veel mensen krijgen een opgeblazen buik door intolerantie. Wat de arts u niet verteld is dat er een ander soort insuline is waarbij dat opgeblazen gevoel er niet is.

En doordat uw cholesterol omhoog kan gaan krijgt u alvast een cholesterol verlager. Maar die medicijnen zijn slecht voor uw maag en zenuwen. Dus krijgt u een maagbeschermer. Tegen de zenuwklachten kan de arts niets voor u betekenen. De maagbeschermer heeft weer een negatieve invloed op uw urinewegen. Dus moet er een plastablet erbij. En plasmedicijnen zijn weer slecht voor de vitaliteit van de nieren. En dat gaat ten kostte van uw bloedvaten.

En uiteraard moet u naar de diëtist. Dan krijgt u een dieet voor diabetes. Daarbij wordt niet gekeken naar uw voedingsbehoefte en bewegingspatroon.

Maar met voeding kan zoveel meer. Een voedingsdeskundige zoals ik ben kan dan kijken voor een veel persoonlijk gericht voedings- en bewegingspatroon. Zeker als je er snel bij bent, kan goede voeding en beweging veel herstellen. Ook bij diabetes. En dit is maar 1 voorbeeld.

Ikzelf heb twee erfelijke en levensbedreigende hartritmestoornissen en twee fouten in mijn enzymen. Ik mag dus geen reguliere- en natuur medicijnen en ik mag niet gevaccineerd worden en ik moet goed op mijn voeding letten omdat bijvoorbeeld Kalium (zit in alle medicatie en vaccinaties) niet of nauwelijks in mijn lichaam wordt afgebroken. Met mijn zonnebank, infrarood sauna en vooral mijn voedings- en bewegingspatroon moet ik me na 58 hartstilstanden en met mijn 64 jaar, gezond zien te houden. Reguliere artsen en diëtisten kunnen mij daar niet bij helpen en moeten jaloers en kansloos toekijken hoe ik al ruim 5 jaar volledig klachtenvrij ben en fit en energiek ben als een jonge gezonde tiener terwijl hun medicijnen mij bijna de dood in joegen.

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. El6ke 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.

Maar alle zorgverzekeraars bieden polissen aan waarmee Complementaire zorg NIET vergoed worden.

Dus voor het afsluiten van uw zorgverzekering de komende maanden even goed kijken of uw polis wel “Alternatieve zorg” vergoeden. De verzekeraars zeggen wel te vergoeden. Maar de verzekeraars zeggen er dan niet bij dat er bij hun polissen zijn die GEEN Alternatieve zorg vergoede. DUS GOED OPLETTEN.

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 blijft druk bezig om mijn consulten ook vergoed te krijgen 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 goudelijk 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 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 bent 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.

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	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 november 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