

22 februari 2020

Bekijk deze email in je browser



Sterker door ellende

We moeten af van het idee dat je na een burn-out of andere ellende nooit meer terug kunt keren naar je 'oude niveau'. Deze aanname blijkt namelijk vaak onzin te zijn. Sterker nog, het blijkt dat je een moeilijke periode in je leven kunt gebruiken om te groeien! En sterker en wijzer worden. Hoe? Door PostTraumatische Groei (PTG) te realiseren. Deze nieuwsbrief biedt je daarvoor inspiratie en kennis. Zowel voor jou persoonlijk als voor jou als professional.

Leuk spannend!

Ons boek is klaar! Het is naar de drukker gestuurd en gisteren is het inkijkexemplaar online gezet. Je vindt het linkje in deze nieuwsbrief.

De reacties op het gedachtegoed PTG zijn heel positief en dat is super. Want hoe meer mensen het gedachtegoed kennen, hoe meer mensen ervan gaan profiteren in tijden van ellende. Alleen al het hebben van kennis over PTG helpt bij het realiseren ervan. Vandaar ook onze missie om PTG bekender te laten worden dan PTSS.

Wij hebben er daarom voor gekozen om zo snel mogelijk zoveel mogelijk mensen te informeren en enthousiasmeren. Daarom kan iedereen die ons boek koopt tijdens de voorverkoop gratis een inspiratiesessie bijwonen. We organiseren dat samen met veel enthousiaste mensen verdeeld over veel plaatsen in het land. We zoeken alleen nog een mooi plekje in Zuid Nederland. Wil je mee organiseren, bel/mail/app even naar Greet.

In deze nieuwsbrief zie je het overzicht van de mogelijkheden die er nu al zijn.

We wensen je veel leesplezier en inspiratie.

Anja Jongkind en Greet Vonk

Aha!enzo

Muziek luisteren kan in tijden van ellende heel goed werken om te ontspannen. De trillingen van de muziek brengen beweging in het lichaam. Door ellende raken mensen te lang 'ontstemd'. Als je dan lekker (harde) muziek die voor jou op dat moment goed voelt stevig door je heen laat gaan, zorgt de trilling van die muziek dat je weer beter 'gestemd' raakt en dat de dingen die los moeten komen als het ware 'los kunnen trillen'. Je kunt er dan blij van worden of je moet er soms van huilen, of je wordt bijvoorbeeld boos. Dat alles is ontlading en dus uiteindelijk ontspannend.

Het maakt overigens niet uit wat voor muziek het is. Bij sommige stemmingen wil je misschien graag klassieke muziek luisteren, terwijl je op een ander moment het liefst hardrock luistert. Het kan per bui of moment zeer verschillend zijn. Weet je niet welke muziek wanneer bij jou past, probeer dan wat uit. Er is genoeg keuze en je ervaart vanzelf wát je wánnere nodig hebt.

Nieuws en Media

Onze uitgever heeft afgelopen zondag persberichten uitgestuurd over ons boek.

De reacties daarop zijn veelbelovend.

We komen in april of mei in Margriet en er is veel belangstelling van diverse andere journalisten.

O.a. van een journalist van Volkskrant, Financieel Dagblad en Vogue. Ook van een magazine voor kanker-patienten, een vereniging van ouders met kinderen met problemen, een misdaadjournalist die veel doet met slachtoffers en nabestaanden van misdrijven, etcetera.

Zo bijzonder om te zien dat het door zo veel verschillende doelgroepen wordt opgepakt.

Sociale Media

Er komen ook steeds meer mensen die meehelpen het gedachtegoed te verspreiden. Een mooi voorbeeld daarvan is Koert Verriet. Hij had een bericht op LinkedIn gepost dat hij zo goed uit z'n burn-out is gekomen. Collega coach Marco Tieleman gaf als commentaar dat hij zich ook eens kon verdiepen in het gedachtegoed PTG. Zo kwamen we met Koert in contact en nu organiseert Koert een [event over PTG in een theater](#).

Boek update

Ons boek is klaar, naar de drukker gestuurd en zojuist hebben we het inrijke exemplaar op onze site gezet. Een hele mijlpaal.

We zijn erg benieuwd wat jullie er van vinden.

Je kunt het inrijke exemplaar [hier bekijken](#).

Als je het boek koopt op onze website in de voorverkoop kun je gratis een inspiratiesessie bijwonen.

Hieronder zie je welke inspiratiesessies waar georganiseerd worden:

16 maart 18.30 uur Inspiratiesessie te Zeist, in samenwerking met Willemijn van Strien

17 maart 9.00 uur Inspiratiesessie te Elburg, in samenwerking met Mireille van Damme en Henka Rooze

19 maart 19.30 uur Inspiratiesessie te Wittelte (Zuid-Drenthe), in samenwerking met Paul Posthumus

31 maart 12.00 uur Inspiratiesessie te Groningen in samenwerking met Rob Posthumus

31 maart 19.00 uur Inspiratiesessie te Vijfhuizen (Haarlemmermeer) in samenwerking met Mireille Westerhuijs

6 april 15.30 uur Inspiratiesessie te Zoetermeer, in samenwerking met het LangeLand Ziekenhuis

7 april 15.30 uur Inspiratiesessie te Amersfoort, in samenwerking met Charlotte van den Wall Bake

16 april 16.30 uur Inspiratiesessie omgeving Bilthoven/Driebergen

Je kunt het boek met eventuele inspiratiesessie [hier bestellen](#).

Workshops en trainingen

Workshop voor medewerkers/werknemers/particulieren

Rotterdam: dinsdag 9 juni 2020 09.30 - 12.30 uur

Locatie: The office operators, Weena 505, 3013 AL Rotterdam

Workshops voor coaches/psychologen/arbeidsdeskundigen/behandelaren

Deze workshop is geaccrediteerd door de NOBCO, NIP, StiR en NVvA

Bilthoven: maandag 8 juni 2020 9.30 - 12.30 uur

Locatie: FlexCentraal, Jan Steenlaan 5, 3723 BS Bilthoven

Workshops voor HRM-/arboprofessionals en leidinggevenden

Rotterdam: dinsdag 9 juni 2020 14.00 - 17.00 uur

Locatie: The office operators, Weena 505, 3013 AL Rotterdam

Masterclass PostTraumatische Groei - Sterker door ellende

Midden Nederland: donderdag 16 april 2020 12.30 - 15.30 uur

Locatie: Omgeving Driebergen-Bilthoven

Al onze workshops en de masterclass geven wij ook in-company.

[Meer informatie over onze workshops en trainingen](#)

Et Emergo

info@et-emergo.nl | www.et-emergo.nl

Greet Vonk 06-13912658  | Anja Jongkind 06-51807059



Stuur door



Deel



Tweet



Deel

Je ontvangt deze nieuwsbrief, omdat je je hebt aangemeld. Of omdat je coachee was of een workshop bij ons volgde.

[Aanmelden](#) | [Mijn gegevens wijzigen](#) | [Afmelden](#)

[Bezoek onze website](#)
