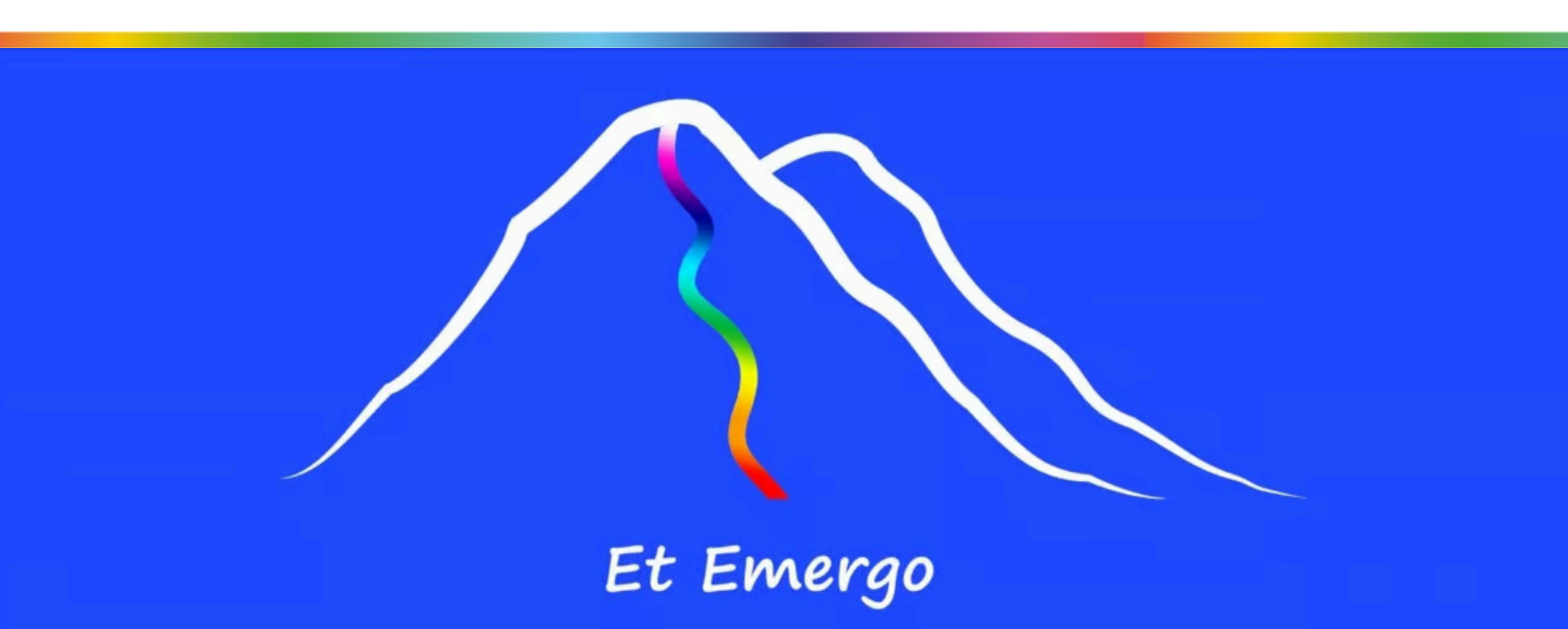


X oktober 2024



Hallo,

we zijn weer terug van het schrijven van ons vierde boek. Het thema is voor iedereen relevant: "Bloedeerlijk naar jezelf zijn". We schrijven er wat meer over in deze nieuwsbrief. Verder starten er deze maand twee nieuwe opleidingsgroepen. Van de basisopleiding start groep 5 op 9 oktober en van de opleiding tot PTG-Practitioner / PTG-Coach start groep 7 op 15 oktober. We overwegen om in de loop van komende winter de daarop volgende groepen van deze transformerende opleidingen te starten.

Zoals in de vorige nieuwsbrief al aangekondigd, is Greet wat achtereenvolgens op LinkedIn en dat heeft onder andere geleid tot een LinkedIn-nieuwsbrief waar we inhoudelijke artikelen voor schrijven. Je treft een eindje verderop de link naar het artikel. We hebben voor de komende periode wekelijks een inspiratiesessie gepland. Ook overdag.

- Greet geeft op 7/10, 14/10, 22/10, 29/10 en 11/11 weer een [online inspiratiesessie](#). Je kunt je daarvoor gratis aanmelden. In deze inspiratiesessie maak je op korte en krachtige wijze kennis met het postieve en hoopvolle geschiedsged van PTG.
- We hebben Ewout Kattouw uitgenodigd om op [maandag 11 november](#) een webinar te geven over pillen, diagnostiek, herstel en PTG en dat is gratis te volgen.
- Afgelopen periode kwamen er 2 nieuwe afleveringen van onze [podcast Cadeautje verpakt in prikkeldraad](#) uit.
- Onze podcast heeft inmiddels 1100 abonnees. We zijn daar best van onder de indruk.
- Op 9 oktober 2024 start onze volgende [basisopleiding PTG](#).
- Op 15 oktober 2024 start de volgende opleiding tot [PTG-Practitioner / PTG-Coach](#).
- Verderop in deze nieuwsbrief tref je een kort maar zeer treffend filmpje aan waar uit blijkt dat simpelweg warme aandacht geven al HET verschil kan maken.

We wensen je veel lees-, luister- en kijkplezier.

Hartelijke groet,
Anja Jongkind en Greet Vonk

Ahalenzo



Kiezen voor "meeleven met iemand" geeft geen klachten. Daar kies je voor. Alles waar je voor kiest, geeft energie. Soms gebruik je die energie dan ook weer direct in bepaalde onderwerpen of situaties. Bij "kiezen" levert de opbrengst van de energiewinst danuit altijd minimaal die hoeveelheid energie op, die het ook kost. Meestal houd je er aan over. "Moeten" ontstaat door dingen, die je jezelf oplegt of op laat leggen. Bij "moeten" verlies je altijd energie. Dat verlies kun je hoogstens beperken door overgave, als er geen andere keuze mogelijk is.

Bron: [Gelukrijk door ont-dekken - Sterker door ellende](#)

Artikelen LinkedIn

Wat zijn een LinkedIn Nieuwsbrief gestart met inhoudelijke artikelen. Ongeveer om de twee weken komt er een nieuw artikel.

In deze nieuwsbrief zetten we elke keer een korte introductie en de link naar het artikel.

Editie 1: Opkrabbelen na een moeilijke periode gaat altijd met vallen en opstaan. En dat is maar goed ook!

Herken je dat? Je bent aan het herstellen van een moeilijke tijd en plotseling voelt het alsof je weer even terug bij af bent. En dat voelt knap vervelend! Daardoor worden mensen ook vaak bang voor terugvallen. Toch zijn het juist die terugvallen die essentieel zijn voor je herstel- en groeiproces.

Hoe dat werkt? In [dit artikel](#) gaan we er dieper op in. En daarbij hebben we het ook over hoe je met grenzen om kunt gaan.

Je kunt je trouwens ook abonneren op onze LinkedIn nieuwsbrief. Dat krijg je om de twee weken meteen een berichtje als er een nieuw artikel is uitgekomen. Je kunt ook een connectieverzoek naar Greet sturen en het "belletje" aanklikken. Dan krijg je al haar berichten (en dus ook de artikelen) te zien.

Gratis Online Inspiratiesessie

Greet geeft op 7/10 (20.00-21.00 uur), 14/10 (9.00-10.00 uur), 22/10 (13.00-14.00 uur), 29/10 (20.00-21.00 uur) en 11/11 (12.00-13.00 uur) een live online [inspiratiesessie](#). De inspiratiesessie is geschikt voor iedereen die persoonlijk of professioneel te maken heeft met ellende of die gewoon wil weten hoe je beter met ellende om kunt gaan.

Programma

- Wat is PostTraumatische Groei (PTG)
- De 4 essenties van PTG
- Het belang van het begrip PTG
- PTG-vragenlijst invullen en daardoor kort nader kennismaken met PTG
- Kennismaken met de 5 verschillende deelgebieden van PTG
- De impact van de kennis van PTG binnen organisaties en begeleidingstrajecten: het voor- en na PTG-tijdperk

Het is ook mogelijk om een [opname](#) terug te kijken. Na je aanmelding krijg je dan direct een mail met de link naar de opname van de inspiratiesessie.

De opname van de inspiratiesessie kan ook met ondertiteling bekeken worden.

Ons vierde boek!

Ons vierde boek is in de maak. Het thema is voor iedereen relevant: "Bloedeerlijk naar jezelf zijn".

Waarom? Omdat echte ontwikkeling begint bij complete eerlijkheid tegenover jezelf. Bloedeerlijk dus en zonder oordeel. Wel constaterend.

Stel je voor:

- Geen maskers meer naar jezelf
- Geen "ja-maars" meer
- Je emoties mogen er gewoon zijn en jij bepaalt hoe je ze hanteert
- Alleen pure authenticiteit

Daar gaat het boek dus over, en vooral ook hoe je stapje voor stapje bloedeerlijk naar jezelf kunt worden.

We gaan in de komende nieuwsbrieven soms avast een stukje tekst uit ons nieuwe boek delen.

Gratis Webinar Ewout Kattouw: Pillen, diagnostiek, herstel en PTG

Datum: **11 november 2024**
Tijd: 20.00 - 21.00 uur

Op zijn 18e voelde Ewout zich ongelukkig. Hij had moeite met de transitie van kind naar volwassen. Hij zocht contact met zijn huisarts en kreeg medicatie in plaats van gesprekken. Hij werd na het nemen van een antidepressivum echt zeer depressief.

Zijn depressiviteit werd echter niet als 'bijwerking', maar als ziektebeeld behandeld en er volgde een marteigang van niet minder dan 23 jaar langs vele behandelaars en instituten.

Hij kreeg maar liefst 22 verschillende DSM-labels en (schrik niet) ruim 40 verschillende psychiatrische medicijnen voorgeschreven. Niets hielp, hij werd er alleen maar slechter van.

Hij nam uiteindelijk zelf de regie en bouwde alle medicatie af.

Ewout schreef het boek "Wie is er nou eigenlijk gek? – De cliënt, de psychiatrie of de maatschappij?" over zijn lange weg in de psychiatrie en hoe hij hier uiteindelijk zelf weer uit kwam.

[Hier](#) kun je meer informatie over het webinar lezen en je aanmelden om dit webinar live te bekijken.

Voor deelnemers van de e-learning [PostTraumatische Groei - Sterker door ellende](#) (complete versie) is het mogelijk om het webinar naderhand te bekijken.

Podcast Cadeautje verpakt in Prikkelraad

[Prof. Dr. Andries Baart is de grondlegger van de cressentietheorie. Een benadering waarbij relationeel zorg verlenen centraal staat.](#)

Andries heeft de presentietheorie ontwikkeld door praktische ervaringen te analyseren van met name buurtpastores in Utrecht.

Presentie is geen methode, maar een benadering waarbij het relationele aspect stuurt wat je moet doen. Dus niet je diagnostiek, niet je handboek, niet de ambitie van je organisatie, niet je persoonlijke drive.

Relationele zorg is iets anders dan een goede zorgrelatie hebben.

In deze podcast deelt Andries waardevolle inzichten over hoe een zorgsysteem moet worden gevormd door echte aandacht en betrokkenheid, ondersteund door rechtvaardige wetgeving en financiële prikkels.

[De echtpenole van Stefan Verhoeve kreeg borstkanker toen ze 38 weken zwanger was van hun tweede kindje.](#)

Nadat zijn vrouw, 38 weken zwanger van hun tweede kind, de diagnose borstkanker kreeg, stond hun leven op zijn kop.

Stefan vertelt hoe hij zijn weg vond door deze emotionele achtbaan. Met openhartige verhalen over het vaderschap, de keuzes die hij moest maken en hoe hij zijn leven opnieuw vormgaf, biedt Stefan een inkijkje in zijn indrukwekkende proces en hoe hij uiteindelijk PostTraumatische Groei realiseerde.

We praten ook over het belang van gezond blijven, steun zoeken en de moed vinden om je dromen te volgen ondanks de vaak moeilijke omstandigheden.

Tervel Stefan balans zoekt tussen angst en hoop, begon hij te schrijven. Dit werd zijn uitdaging en hielp hem niet alleen zijn emoties te verteren, maar het leidde uiteindelijk ook tot het ontstaan van zijn boek "Kanker bij ons thuis".

Kun jij vriendelijkheid tonen?



Soms maakt een klein beetje aandacht en hulp HET verschil.

Opleidingen en trainingen

De komende periode starten onderstaande opleidingen en trainingen.

Wij je alle opleidingsmogelijkheden bekijken, klik dan op [onze website](#).

Basisopleiding PTG

Deze 3-daagse basisopleiding is geaccrediteerd door de NIP A&O | A&G, NIP K&J | NVO OG, SKJ, NOBCO, NVVA, LV POH-GGZ, NVPA, LVV, RSC, GRO, PLATO en Register Vaktherapie.

Je vindt meer informatie op [onze website](#).

Locatie: Het Voetlijk, De Broeken 3, 7986 PC Wittelo

Lesdagen:

woensdag	9 oktober	2024	09.30 - 17.00 uur
woensdag	13 november	2024	09.30 - 17.00 uur
woensdag	11 december	2024	09.30 - 17.00 uur

Opleiding tot PTG-Practitioner / PTG-Coach

De volgende uitvoering van deze geaccrediteerde opleiding start 15 oktober 2024. Deze opleiding is geaccrediteerd door NIP A&O | A&G, NIP K&J | NVO OG, NOBCO, NVVA, LV POH-GGZ, SKJ, Register Vaktherapie, GRO, PLATO en NVPA.

In deze opleiding zijn Prof. Dr. Nele Jacobs, Sietsje Hoogeveen en Joseph Oubelkas gastdocenten.

Heb je interesse?

Meld je dan snel aan voor het vrijblijvende intakegesprek.

Je vindt meer informatie op [onze website](#).

Sterker door ellende

We moeten af van het idee dat je na welke ellende dan ook 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.

Meer weten?

Wij je naar aanleiding van deze nieuwsbrief iets vragen, bespreken of overleggen? Je kunt [hier](#) een korte afspraak maken.

Et Emergo

info@et-emergo.nl | www.et-emergo.nl
Greet Vonk 06-13912608 | Anja Jongkind 06-91807059

Et Emergo, De Broeken 3A, 7986 PC Wittelo, Nederland

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