



Praktijk Hart en Ziel

Update Corona virus en de praktijk.

Lieve jij,

Hoe gaat het met jou in deze tijd?

Kan en mag je nog werken? Ben jezelf nog gezond en/ of jou naasten?

Kan je afleiding voor jezelf maken of merk je dat je een soort van vastzit?

De praktijk is, zoals je misschien al weet , gesloten op advies van het RIVM. Helaas, maar begrijpelijk. Nu is die tijd verlengt tot 28 april wat betekent dat de afspraak die je hebt staan niet door kan gaan..

Ik wil je de mogelijkheid bieden om eventueel online met elkaar te sparren, acupressuur punten te delen of een yoga oefeningen te geven. Helende reis of opstelling kan ook online. Niks verplicht, maar weet dat dit (zonder kosten) gewoon kan. Ik vind het fijn om feeling te houden met jou.

Mocht je al verder willen kijken en onder voorbehoud een afspraak willen maken na 28 april dan kan dat. Laat dit dan weten via app, mail of telefoon. Geen idee of het door kan gaan, maar dit kan al een andere focus voor jou geven.

Verder hoop ik dat je gezond bent en blijft. Zorg goed voor jezelf en je naasten.

Kom buiten zolang het nog mag, houdt 1,5 meter afstand, zorg voor ritme en structuur, overlaad jezelf niet met alle tv en media, eet genoeg groente, fruit en soep en wees lief voor jezelf!

Voor nu, be safe, en een harte groet van mij,

Liefs Mascha

