



In deze e-zine lees je afwisselend over o.a. spirituele weetjes, boeken, inspirerende quotes, affirmaties en verhalen van anderen. Plus informatie over de activiteiten van Navonne Spiegelsessies & meer.

LEVENSTIJL OF LIFESTYLE

"Droom groots, volg je dromen en laat je door niets tegenhouden. Vecht voor wat jij wilt bereiken, wees creatief, oplossingsgericht en zet door op het moment dat je het even niet zit zitten". -Hanan el Fizazi

Hoe vertaal jij het woord lifestyle? Nee, niet letterlijk: levensstijl. Maar, gaat het om een bepaalde manier van leven: 'a way of life'? En is het een zo anders als het andere? Voor heel veel mensen: ja. Door de organisatie van ons be-LEEF! en CHANGE evenement kom ik in contact met veel mensen met verschillende verhalen en manieren van leven. Prachtig al die verschillen tussen mensen en hoe men leeft. Als je er voor openstelt kun je zoveel van elkaar leren en elkaar motiveren je 'open minded' op te stellen. *Lifestyle* is een vaak gebruik woord, is hip binnen de nieuwe tijd en makkelijker geaccepteerd. Waardoor ook vlot 'mindstyle' volgde en nu gecombineerd, een balans van beide aangeeft.

It's all in a word. Het is wat jij er van maakt! Het gaat om jouw beleving en die is uniek. Wat is jouw droom,

LAATSTE NIEUWS

RTV Utrecht: magiC item

Vanaf mei zal de zender Ustad van RTV Utrecht een serie wijden aan 'mensen met een bijzondere levensstijl'. Navonne MagiClub heeft meegewerkt aan dit programma. Natasja en Chantal vertellen in een item dat in het teken staat van 'magie' over hun levensstijl. 'Wat versta je onder magie en hoe werkt dit' en 'in hoeverre pas jij dit toe in je leven' waren de vragen van de jonge interviewer. En graag wilden zij op beeld een aantal onderwerpen visueel hebben. Helaas voor hen geen puntmutsen en bezemstelen...



Wij zien magie als werken met energie. We gebruiken daarvoor onze eigen positieve energie en dat van de natuur om ons heen. Wij geloven wat we zien. Dus wat we zien in de natuur gebeurt ook in ons innerlijke natuur. Simpel voorbeeld: wanneer je een idee krijgt ga je er over nadenken (zaaien), hierna ga je het vormgeven (laten groeien) om het uit te voeren en er van te genieten (oogsten) en daarna als herinnering te

wat wil jij echt graag en/of waar twijfel je over. Laat je deze maand inspireren anderen en lees (en deel!) het korte verhaal op pagina 2 en bedenk eens wat JOUW levensstijl is.

CHANGING life deze maand

Wat verandering kan betekenen in een mensenleven, lees je in de bijlage: *CHANGING life*.

Deze maand schrijft Hanan over het waarmaken van haar droom en vooral: het pad er naar toe. Hoe zij vol moed, enthousiasme, doorzettingsvermogen maar ook door teleurstelling haar lessen leerde en daardoor een opening zag en haar kans greep. Haar verhaal: van droom naar werkelijkheid is er een 'uit het leven' gegrepen. Ter inspiratie voor ons allen met onze eigen dromen wil Hanan dit stuk uit haar leven met ons delen. Namens haar geef ik het graag aan jullie door.

Veel leesplezier en mooie inspiratiemomenten gewenst!



herdenken (rusten) om ruimte te maken voor een nieuw idee.

Door het vieren van de jaarfeesten en de thematiek die daar bij hoort, worden wij ons bewust van onze innerlijke natuur en krijgen daardoor inzichten. Daarbij gebruiken we de kracht van visualisatie en creativiteit om het om te zetten naar iets dat visueel is. We gebruiken symbolen, kleuren, kruiden en verhalen en laten zien dat dit heel aards kan zijn. Ook wij zijn benieuwd naar de uitzending. Kijk je ook: uitzending op ... maart 2013.

UPDATE be-LEEF! en CHANGE

In het lentenummer van CHANGE Think+ (vanaf 5 maart in de winkels) staat een prachtig artikel om ons evenement aan België en Nederland te tonen! Wij zijn trots...

We zijn bezig met een ludieke winactie... meer hierover in april!

Binnenkort kun je je via de website aanmelden als bezoeker! www.be-leef.weebly.com

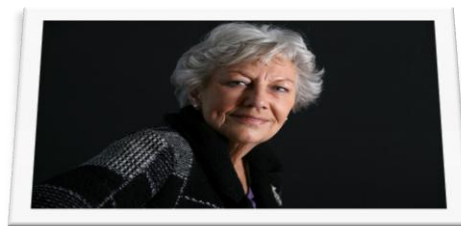
INHOUD

MOOIE OUDEREN	2
LEKKER LEZEN	2
DE HAAS OF HET EI	2
CHANGING LIFE	3/4

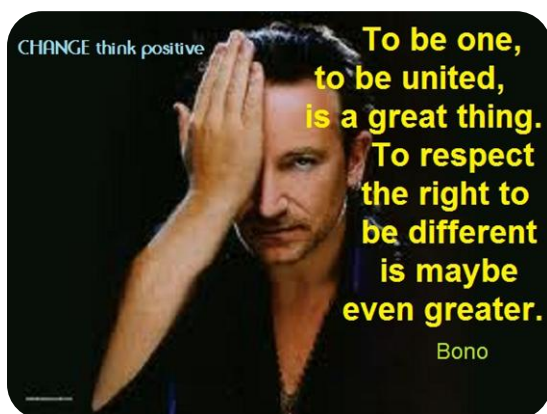
MOOIE OUDEREN

Waarom staan ouderen zo weinig op de foto? Toen Arnaud Mooij in 2011 de opdracht kreeg om van de enige (paspoort)foto van 'oma', iets moois te maken, werd hij geraakt. Oma was overleden en er waren alleen maar kiekjes en geen mooie foto, zoals de kinderen oma graag zouden herinneren. Het deed me pijn dat er van deze oma geen mooie foto was.

Uit onderzoek is gebleken dat maar 15% van de Nederlanders een foto heeft van zijn of haar (groot) ouders waar ze tevreden of echt blij mee zijn. Arnaud heeft zich als doel gesteld dat er van iedere senior in Nederland een mooie foto moet zijn. Hiertoe is een website in het leven geroepen, worden er workshops en presentaties gegeven om het belang van een goede foto bekend te maken. Want de meest gehoorde opmerking over foto's en (groot)ouders is: ik zou willen dat ik van mijn opa nog een (mooie) foto heb.



In dit streven om van iedere senior een mooie foto te laten maken, kan Arnaud hulp gebruiken. Mocht je een idee hebben of jouw hulp willen aanbieden, neem dan contact met hem op. En hoe zit het bij jou? Heb jij een mooie foto van jouw (groot)ouders? Stuur een e-mail naar info@echtmooy.nl en maak een afspraak. Ouderen vanaf 65 jaar fotografeert Arnaud gratis in zijn studio (op de tweede etage met de trap). Zij ontvangen dan 1 foto op het formaat 20 bij 30 cm. Nabestellingen zijn tegen betaling.
<http://www.mooieouderen.nl/>



LEKKER LEZEN

Deze maand een kort verhaal...

Het waterboek

Op een dag vroeg de leerling aan de meester: "Kunt u mij een boek aanbevelen waarin de waarheid achter het mysterie van het leven beschreven wordt?" De meester, die zelf ook een paar boeken in zijn kast had staan, greep naar een boek dat ging over de geheimen en de wonderbaarlijke vermogens van water en over de betekenis van water voor ons leven op aarde. Hij gaf het boek aan zijn leerling en zei: "Neem het tussen je beide handen en wring het uit!" De leerling keek verbaasd, maar deed wat hem gezegd werd. Hij kneep en wrong, maar de meester zei: "Je moet harder knijpen." De leerling deed zijn best, doch de meester riep: "Harder!" Dit ging een tijdje zo door. Eindelijk gaf de leerling het op, niet wetend wat de bedoeling hiervan was. De meester vroeg hem: "Heb je er water uit kunnen persen?" "Nee, natuurlijk niet!" "Zie je," zei de meester, "uit een boek over water komt geen water, en over een boek over waarheid komt nooit de waarheid zelf."
(met dank aan: zinnigeverhalen.nl)

DE HAAS OF HET EI

Op 22 maart viert MagiClub het Lentefeest (Ostara). Het is lente! Overall om ons heen schieten planten uit de grond. Krokussen, hyacinten en narcissen in de mooiste kleuren, de eerste knopjes en blaadjes komen aan de bomen. Met Ostara kunnen we het eerste nieuwe leven eindelijk zien. De donkere dagen zijn voorbij en het is tijd voor een fris groen feest!

De viering

Met dit feest gaan we ons richten op wat jij kunt doen om je wensen de juiste start, een vruchtbare bodem mee te geven om te laten groeien. We gebruiken opgetogen muziek en vertellen over de haas en het ontstaan van 'eieren zoeken'. Een lekkernij uit de MagiCKitchen zal niet ontbreken. Een MagiCnigh die je, als je houdt van symboliek, ritueel en de verbinding met de natuur, niet mag missen. Deelnameprijs: € 25,- p.p., incl. materiaal, locatie en versnaperingen. Meld je aan via de website: **MagiClub**.

Navonne Spiegelsessies en meer...

Postadres: Voorstevens 15, Wijk bij Duurstede
Telefoon: (06) 282 711 81
info@navonne.nl



AGENDA

Wekelijks:	Navonne Spiegelsessie
Maart:	22-3 MagiClub Lentefeest
Mei:	26-5 be-LEEF! en CHANGE evenement
Juni:	8-6 workshop 'Spiegelen met je gids'

www.navonne.nl

Changing life...

Wat een verandering kan betekenen in een mensenleven. Een uit het leven gegrepen verhaal: CHANGE in life.

Ditmaal vertelt Hanan over het waarmaken van haar droom en vooral: het pad er naar toe. Hoe zij vol moed, enthousiasme, doorzettingsvermogen maar ook door teleurstelling haar lessen leerde en daardoor een opening zag en haar kans greep. Hier haar verhaal, haar CHANGE in life...

van idee, naar droom naar realiteit

door Hanan el Fizazi

De droom

Al jaren speelde het "iets voor mezelf beginnen" door mijn hoofd. Van niets iets maken, mijn eigen tijd bepalen, meer vrijheid, meer voldoening. Ik wilde meer energie en gelukkig worden van wat ik deed, ik wilde zoveel meer uit het leven halen. Het internet ondernemen lonkte, want dit was voor mij de enige manier om een onderneming te combineren naast mijn, meer dan fulltime baan als advocaat. Ik begon met een schoenen webwinkel. Met zoveel enthousiasme was ik hieraan begonnen: ik had een hele mooie webshop laten ontwerpen, me ingeschreven bij de kamer van koophandel, ik had visitekaartjes en een zakelijk telefoonnummer, alles was gereed. Alleen de schoenen moesten nog door de klanten gekocht worden. Echter, na een tweedaags bezoek aan een schoenenbeurs bleek dit idee voor mij toch moeilijk uitvoerbaar en ik bleef achter met een hele mooie maar lege webshop, zonder schoenen.

Teleurgesteld was ik, dat het niet lukte met de schoenen. Maar het zaadje van het willen (internet)ondernemen was geplant en het liet me niet los. Maanden later was ik in een schoonheidskliniek in België en zag daar de *dermaroller*. Thuis gekomen zocht ik op Google naar dermaroller en: er waren (nog) geen webshops die deze verkochten aan consumenten. Dit was mijn eureka moment: DIT IS HET!!! Direct heb ik de leverancier opgezocht en een simpele website laten bouwen (2010). De website voldeed niet aan mijn hoge eisen, maar ik was online en ik was geen dag te laat, want in de 1ste week dat mijn website online stond was Daphne Deckers in RTL Boulevard de dermaroller aan het promoten en de bladen stonden vol met artikelen over de dermaroller. Mijn website met slechts één product werd opeens een drukbezochte site en ik had betalende klanten. Al het geld dat binnenkwam herinvesteerde ik weer in mijn webshop.

Hierna volgde ik cursussen, vernieuwde mijn website, kocht cosmetica in voor een uitbreiding van het assortiment, was bezig met een nieuw logo, plaatste advertenties in verschillende bladen...etc. Kortom: ik was lekker bezig, aan het ondernemen! Maar, ik was toch niet helemaal tevreden. Ik was me aan het inzetten voor andere merken, had soms discussies met leveranciers en dat bracht me weer in een afhankelijke positie. Ook verkocht ik producten waarvan ik niet wist wat er nu precies in zat. Er was zelfs een moment dat ik klachten kreeg over een gezichts masker dat ik verkocht. Gelukkig hadden mijn klanten geen schade hieraan overgehouden, anders had dat het einde betekend voor mijn bedrijf.

Door alle ontevredenheid ontstond bij mij steeds meer de behoefte voor een eigen cosmetica label. Dit idee wuifde ik eerst weg: "*dat kan toch niet Hanan, je bent nu veel te onrealistisch*". Maar het idee van een eigen cosmetica label werd een droom en een droom moet je volgen. Dit volgen leidde mij uiteindelijk naar een Nederlands laboratorium dat gespecialiseerd was in natuurlijke cosmetica. Ik weet nog dat ik wegreed na de meeting met kriebels in mijn buik en dacht: "*Wow, ik ga het gewoon echt doen*".

Daarna heeft het nog bijna een jaar geduurd voordat PrettySkin een feit werd. Een jaar van heel hard werken, nieuwe uitdagingen, stress, mooie momenten, lachen en huilen, nieuwe contacten, maar vooral een jaar van doorzetten en doorzetten.

Van idee, naar droom naar realiteit: PrettySkin Cosmetica is een feit

Toen PrettySkin af was, was ik trots. Trots op mijzelf dat ik het toch helemaal alleen voor elkaar had gekregen en trots op PrettySkin. PrettySkin is een nieuwkomer op de markt maar dat zie je er niet aan af. Wat ik zelf vervelend vond aan andere merken heb ik bij PrettySkin weggenomen en aan zowel de inhoud als het uiterlijk heb ik enorm veel tijd, aandacht en liefde geschonken. Ik wilde geen enkele concessie doen aan de kwaliteit. PrettySkin was mijn kindje en dat moest perfect zijn. De inhoud bevat de rijkste ingrediënten in hoge concentraties, zoals witte parel poeder, cactus extract, paarse orchidee, Chinese roos, avocado-olie en meer... vitamine E, C en B3. Dit alles is mooi verpakt in een Airless Flacon, dé flacon die mijns inziens de gehele cosmetica branche zou moeten gebruiken.

-van idee, naar droom naar realiteit, deel 2-

Ik ben trots op PrettySkin, een label dat ik met zoveel zweet, bloed, tranen, liefde en PASSIE samen met een Nederlands laboratorium heb ontwikkeld. PrettySkin staat voor 100% Nederlands, 100% natuurlijk & eerlijk en 100% aan rijke ingrediënten vanuit de hele wereld.

PrettyTea

PrettySkin is meer dan slechts cosmetica label. PrettySkin staat voor je dromen volgen, goed voor jezelf zorgen en genieten van alles wat je hebt. Aan elke vrouw wil ik dat geven dat ze vaak vergeet: ME TIME! We zijn zo druk, de dag vliegt, maar genieten we echt van elke dag? Hebben we door wat voor moois elke dag ons geeft? Leven we het leven dat we graag zouden willen? Daarom introduceer ik naast PrettySkin ook de PrettyTea: niet zomaar thee, maar thee met een droom, een beleving. Denk aan: Pretty day in Paris, Pretty Heavenly Feeling, Pretty Surprise, Pretty Proud to be Stout...etcetera. Ik hoop met de PrettyTea alle vrouwen te bereiken en dat ze met de PrettyTea elke dag een momentje voor zichzelf kunnen creëren en hopelijk net als ik gaan geloven in hun droom.



... voor jouw moment: elke dag!
Liefs, Hanan

Follow your
dreams



www.prettyskin.nl

www.facebook.com/www.prettyskin.nl