

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.

## INNERLIJKE SPIEGEL



En zo is het alweer oktober! De aanzet richting donker en een onstuimig weerbeeld is een feit. Maar ook een knus en gezellig seizoen breekt aan. De lichtjes en verwarming, open haarden gaan aan, de dagen worden korter... Het laatste kwartaal van het jaar is ook de perfecte tijd voor evaluatie, zelfreflectie en het maken van nieuwe plannen. Juist in deze periode is de **Spiegelsessie** enorm populair. Er

komt meer behoefte de aandacht te verleggen, van buiten naar binnen. Om te kijken naar waar men staat en/of welke richting ze op kunnen/willen. Wat zijn de mogelijkheden en/of talenten op het gebied van werk/carrière, relaties en persoonlijke ontwikkeling. De Tarotkaarten maken het visueel. Net als de vorige jaren biedt Navonne de Jaarspiegelsessie om te kijken naar wat zich in het nieuwe jaar voor jou zou kunnen openbaren. Mits je eerst in dat innerlijke spiegelkje kijkt. Want écht in de toekomst kijken, dat gaat natuurlijk niet, hoe graag ik ook voor jou in de kristallen bol zou gluren. Het gaat uiteindelijk om jouw reflectie en hoe jij je opstelt. Nieuwsgierig? Onder het kopje *laatste nieuws* meer informatie.

Verder in deze e-ZINE een kleurentest voor inzicht, een uitnodiging voor een LADIESNIGHT en in **CHANGING life**, op pagina 3 vind je het verhaal van Ankie Stadegaard, over haar keuze om 100% haar hart te volgen.

Lees ook het korte verhaal op pagina 2 en bedenk eens hoe jij in het spiegelkje kijkt. Veel inspiratie gewenst!

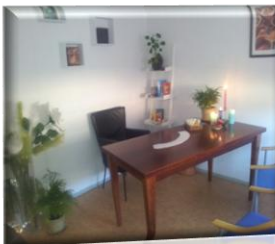


## LAATSTE NIEUWS

### Jaarspiegelsessie 2014

Ook deze speciale spiegelsessie heeft als doel inzichten te verkrijgen. Door een blik te werpen in het jaar 2014 en jouw thema's voor het nieuwe jaar te bekijken, kun je nu al starten met een nieuwe intentie. JIJ bent namelijk het uitgangspunt!

De Rider Waite Tarotkaarten zullen een belangrijk thema weergeven voor het gehele jaar en 12 kaarten (één voor elke maand) maken de verbinding visueel voor jouw komende persoonlijke groei en/of verandering. We gaan het jaar opdelen in seizoenen, de bijbehorende thema's en vullen deze met kleur, symboliek en reflectie. Ik vertaal het graag voor je! Natuurlijk is er ruim tijd voor uitleg en jouw vragen.



De Jaarspiegelsessie is vanaf nu tot en met 1 februari 2014 te bespreken op mijn locatie in Wijk bij Duurstede of jouw locatie (regio Utrecht).

De prijs voor een sessie van ca. 2 uur is € 50,- p.p.

Wil jij een afspraak maken? In de avond of liever in de ochtend? Het kan! Maak contact met Natasja via [info@navonne.nl](mailto:info@navonne.nl). Koffie/thee, iets lekkers staat voor je klaar, je bent meer dan welkom!

### ACTIVITEIT UITGELICHT

Halloween, Allerzielen... wie kent het niet? De oranje pompoenkoppen, spookfiguren en gebezemde heksen die door de nacht dwalen rond 31 oktober...

### Zaterdag 2 november

Wil jij weten wat Halloween qua symboliek inhoudt? Zin in een magische avond voor jezelf? Dan kom je naar Samhain, het voorouderfeest van MagiClub. Een toegankelijke viering, gebaseerd op de oude religie en het draaien van het Keltisch jaarwiel.

**Nieuwe serie, nieuwe locatie! Voortaan zullen de vieringen plaatsvinden in Leersum...**

Wil jij weten wat MagiClub voor jou kan betekenen? Ga naar de vernieuwde website, klik [hier](#).

### INHOUD

KORT VERHAAL	2
LADIESNIGHT	2
INSPIRATIE	2
NAVONNE AGENDA	2
CHANGING LIFE	3

## KORT VERHAAL

### De tempel met de duizend spiegels

Een hond had van de tempel met de duizend spiegels gehoord. Hij wist niet wat spiegels zijn, maar zijn verlangen om de tempel te bezoeken was groot. Na een tocht van enkele weken kwam hij bij de tempel. Hij liep de trappen op, en toen hij door de poort was gegaan, keken uit duizend spiegels duizend honden naar hem. Dat verheugde hem en hij kwispelde met zijn staart. Toen verheugden zich ook in de spiegels duizend honden en kwispelden met hun staart. Hij verliet de tempel met het bewustzijn: de wereld is vol met vriendelijke honden. Van nu af aan ging hij dagelijks naar de tempel met de duizend spiegels.

Op een middag kwam een andere hond in de tempel met de duizend spiegels.

Toen hij door de poort was gegaan, keken uit duizend spiegels duizend honden naar hem. Hij werd bang, liet zijn tanden zien en gromde. Toen gromden uit de spiegels duizend honden met ontblote tanden terug. De hond trok zijn staart in en liep weg met het bewustzijn: de wereld is vol met boze honden.

Nooit meer kwam hij terug naar de tempel met de duizend spiegels.

(met dank aan: zinnigeverhalen.nl)

## LADIES NIGHT

### Dresscode: High Heels & Red Lips

Op vrijdag 11 oktober organiseert Fitness en Healthclub Daily Fit in Wijk bij Duurstede een LADIES NIGHT!

Live muziek, High Heels workout, workshops massage, special act en meer...

Ontmoet Henk van **Stenergie** voor uitleg over de bijzondere en helende werking van edelstenen, laat je haren verzorgen door Suus en doe mee met de loterij!

Natuurlijk is er ook ruimte voor jouw innerlijke wereld. Natasja en Saskia zullen aanwezig zijn voor mini Spiegel sessies en/of krachtkaart uitleg!

### JIJ komt toch ook?



Daily-fit presents...Voor leden & niet-leden!

**Ladies Night**  
Vrijdag 11 oktober van 19:30 tot 24:00 uur  
Dresscode: High Heels & Red Lips

**M**assage workshop  
21.00 uur

**DJ WORKSHOP**  
21.00 uur

**H**igh Heels workout  
21.00 uur

**L**oterij  
23.00 uur

**S**pecial act  
23.00 uur

Entree tickets: € 2,50  
Houdt geen rekening met eventuele wijzigingen in het programma!  
Wanneer mogelijk wordt er gebruik gemaakt van de faciliteiten van de club voor het programma.  
Samen de wereldje zien! Samen de wereldje zien! Samen de wereldje zien!

**FLPPA**

daily fit Voor meer informatie  
www.daily-fit.nl

### Entreeticket €2,50

De eerste 100 ladies ontvangen een gratis lot voor de loterij & een GOODIEBAG

**VRIJDAG 11 OKTOBER**  
**19:30 - 24:00 uur**

Daily Fit  
Lekdijk Oost 13a  
**Wijk bij Duurstede**  
www.daily-fit.nl



## INSPIRATIE

### Kleurtest

Door je intuïtie te volgen en te kijken tot welke kleur je je aangetrokken voelt, kun je inzicht krijgen in wie je bent. Auro-soma is een kleurtherapie waarbij maar liefst 108 kleurensets worden gebruikt. Als je, zonder al te lang nadenken, de kleurcombinatie kiest die jou aanspreekt, zegt dat iets over je talenten en je persoonlijkheid.

Hieronder vind je 2 van de 20 voorbeelden die in **Happinez 5-2013 'Vrijheid'** staan.

### WELKE KLEURENCOMBINATIE SPREEKT JE HET MEESTE AAN?



Klik [hier](#) voor de uitleg!

## AGENDA

Naar wens te bespreken, in de ochtend of avond:

- **Navonne Spiegel sessie**
- **Jaarspiegel sessie 2014**
- **SpiegelZ.A.A.L**

Oktober: **11 LADIES NIGHT**  
November: **2 MagiClub Jaarfeest Samhain**

**VERWACHT: SPIRIT AFTERNOON...**

Navonne Spiegel sessies en meer...

Postadres: Voorstevens 15, Wijk bij Duurstede

Telefoon: (06) 282 711 81

info@navonne.nl

[www.navonne.nl](http://www.navonne.nl)

## Changing life...

Wat een verandering kan betekenen in een mensenleven lees je maandelijks in een *uit het leven gegrepen* verhaal: a CHANGE in life. Deze maand het verhaal van Ankie Stadegaard, over het 100% kiezen voor een nieuwe werkelijkheid. Namens Ankie geef ik dit graag aan jullie door. Hier een bladzijde van haar verhaal, haar LIFE CHANGING EXPERIENCE...

### Het vlammetje van binnenuit

... moet bij mij altijd branden. Wanneer deze brandt, voel ik de energie door mijn lijf gaan, voel ik de passie stromen, ben ik in balans en werk ik vanuit een flow. Een heerlijke staat van zijn. Ik heb 25 jaar gewerkt als peuterleidster. Mijn liefde voor de kinderen is groot en mijn passie werd verlegd naar het begeleiden van de ouders. Mijn passie kon ik te weinig uitvoeren binnen mijn baan in loondienst, en wat doe je dan?

Dat was een vraag waar ik een lange tijd mee heb geworsteld. Vragen als: "Wat wil ik?", "wat heb ik nodig?" en "wat zal het me opleveren?" waren vragen waar ik dagelijks mee bezig was.

Ik ben een kijkje gaan nemen bij Sandra Souisa, eigenaar van *Eén en Al Coaching* en ja, ik voelde meteen het vlammetje in mij weer branden. Ik weet nog dat ik bij haar weg ging en zei: "er komt een dag dat ik aan de andere kant van de tafel zit". Het beeld had ik nu duidelijk voor ogen.

### Het moment

Dat beeld was: mijn eigen coaching onderneming waarbij ik persoonlijk coach, workshops en lezingen geef. Vanaf dat moment stond persoonlijke ontwikkeling bij mij bovenaan. Vele studie's volgden. Van energetische bescherming, persoonlijk leiderschap, NLP, Master NLP tot positieve praktische psychologie. En dan komt het moment.

Ga ik er 100% voor, of doe ik het er een beetje bij. Met andere woorden: "volg ik mijn hart of kies ik voor de veiligheid". Wilde het vuurtje goed blijven branden dan was er voor mij geen andere keuze dan 100% mijn hart te volgen. Mijn loondienstbaan heb ik opgezegd om 100% voor mijn eigen business te gaan. Hierbij kwam ik de "ANGST" enorm tegen. Wanneer je 25 jaar vast zit in een patroon kom je het ware loslaatproces tegen. Omdat ik als geen ander weet dat achter de "ANGST" een nieuwe werkelijkheid ligt, ben ik hier letterlijk doorheen gegaan. De details zal ik jullie besparen en geloof dat ik de ware expert van "ANGST" ben geworden.

### De helpende hand

Ik geloof dat een ieder alles kan bereiken wat hij bereiken wil. Dit begint met je eigen zelfvertrouwen. Boost jouw zelfvertrouwen en zet een stap in de juiste richting. De richting van jouw gewenste situatie. Wanneer jij in je kracht staat, zul jij de stappen zetten die nodig zijn om te komen waar jij komen wilt. Hierbij kan ik jou de helpende hand bieden. ([www.helpendehandcoaching.nl](http://www.helpendehandcoaching.nl)). Omdat ik mede-eigenaar ben van *Het Moment Fotografie* gebruik ik fotografie geregeld in mijn coaching. Een FeelGood sessie geeft je een ware boost voor jouw zelfvertrouwen.

Aan een ieder die dit leest vraag ik: "brand jouw vlammetje nog?". Laat jouw vlammetje branden en voel de energie. Ga voor je Passie en leef jouw leven!

*Ankie Stadegaard*



**HELPEDE HAND**  
COACHING

[www.helpendehandcoaching.nl](http://www.helpendehandcoaching.nl)