

ZIJN, meer ben je niet

# Welkom!

[www.seezen.nl](http://www.seezen.nl) - 06-23655556 - nieuwsbrief 2

## Blijf Verbonden met SeeZen's Digitale Nieuwsbrief!

Ik hoop dat dit bericht je in goede gezondheid bereikt. Bij SeeZen heb ik hard gewerkt aan een spannende verandering om je nog beter van dienst te kunnen zijn. Onze nieuwsbrief is nu digitaal beschikbaar. Met deze nieuwe stap houd ik je moeiteloos op de hoogte van alle ontwikkelingen, nieuwste trends en speciale aanbiedingen binnen de wereld van SeeZen. Waarom de overstap? Het digitale formaat stelt mij in staat om sneller en directer met jou te communiceren. Zo ben jij altijd als eerste op de hoogte.

Natuurlijk begrijp ik dat verandering niet voor iedereen hetzelfde is. Als je liever geen gebruik wilt maken van de digitale nieuwsbrief, kun je jezelf met één klik afmelden. Je hebt altijd de controle over je communicatie voorkeuren.

Ik kijk ernaar uit om deze nieuwe reis met jou te delen. Bedankt dat je deel uitmaakt van de SeeZen-gemeenschap. Laten we samen de weg van innerlijke rust en inspiratie verkennen.

Veel liefs van Laura, SeeZen

## Prijsstijging

Met ingang van augustus 2023 zijn de tarieven bij SeeZen omhoog gegaan. Deze wijzigingen zijn het resultaat van de stijgende inflatie en de voortdurende ontwikkeling van Laura, die zichzelf blijft bijscholen. Bij het tabje diensten of tarieven op de website kun je de nieuwe tarieven vinden. Tariefsverhogingen kunnen soms onvermijdelijk zijn, maar het belangrijkste is dat je volledig op de hoogte bent van de waarde die SeeZen biedt tijdens jouw ontspanningsreis. Dus, laat je glimlach stralen en geniet van de geweldige ervaringen die SeeZen te bieden heeft!

## Boekingssysteem

Het boekingssysteem staat weer online. Laura zal in het begin afwisselend werken, de ene week op maandag, woensdag en vrijdag, en de andere week op dinsdag, donderdag en zaterdag. Haar herstel vordert, maar ze blijft goed voor zichzelf zorgen. Dat moet voelbaar zijn als je de praktijk binnenloopt.

## Social Media

Volg de pagina van SeeZen op Facebook en LinkedIn

## Nieuwsbrief 2

---

NIUWSBRIEF (E-MAIL)

---

PRIJSSTIJGING

---

BOEKINGSSYSTEEM

---

SOCIAL MEDIA

---

SAMENWERKING

---



Zondag 19 november 2023  
13.30-16.30 uur

**WelZijn we met je mee**  
"Betoverende Welzijnsreis:  
Een Verwenmiddag van Zelfliefde en Reflectie met Ruben & Laura"




Ruben van der Velden  
student Psychologie Erasmus  
Universiteit Rotterdam



Laura Potters  
Eigenaresse SeeZen &  
Laura's Dance



Durf te zijn waar  
je eigen geluk



Voel wat het met je doet als je  
meedoelt aan de afleidingen



Informeerde meer 4000 uur met  
welzijn te maken heeft

**59,95 euro**  
incl.btw

Slechts 12 plekken beschikbaar.  
Grijp snel je kans voor deze liefdevolle zelfzorgervaring.

Locatie: Tolakkerweg 217, 3738 JM, Maartensdijk  
Bereikbare Schatplaats: Gratis parkeergelegenheid en moeiteeloos te bereiken via de snelweg

## Samenwerking

In 2023 stappen Ruben & Laura elkaars wereld binnen en komt er een sprankelend gesprek over bewustzijn tot stand. Dit vonkende idee dreef beide tot een samenwerking, waarbij ze weten dat niemand alle waarheden kent, ook zij niet! Toch willen ze graag hun unieke visie delen met iedereen die het wil horen op zondag 19 november 2023 van 13.30-16.30 uur. Ruben & Laura dompelen je onder in een meeslepende middag vol bewustzijn. Grijp de kans, ontspan in de betoverende lesruimte en tracteer jezelf op een middag puur genieten.

Ik ben Ruben, een jongen van 19 jaar en student Psychologie (Jaar 2) aan de Erasmus Universiteit in Rotterdam. Ik geloof erin dat inzicht in je gedrag het startpunt is van alle gewenste verandering in je leven. Als je je bewust bent van de dingen die je op een dag wel of niet besluit te doen, kan je hier controle op uitoefenen en zo kan je de toekomst bouwen die JIJ wenst! Ik word erg enthousiast van het idee je meer bij te brengen over deze onderwerpen en kijk ernaar uit met je hierover in gesprek te gaan en zo beiden veel te leren!

Ik ben Laura, vol passie voor SeeZen en Laura's Dance. Mijn wens? Dat we dieper kijken naar de oorzaken van ons gedrag, en niet altijd maar handelen op de gevolgen ervan. Medicatie is zeker noodzakelijk, maar zelfkracht begrijpen we vaak niet meer. Samen met Ruben creëer ik een geweldig programma dat je prikkelt en waar denken én voelen samenkomen!

## Een bericht van Laura



Als je verandering in je leven wilt bewerkstelligen, ligt die keuze altijd binnen jouw bereik. Het feit dat je zelf de regie hebt, betekent echter niet dat het geen uitdaging kan zijn. Soms gaat verandering gepaard met spanning en initieel verdriet voordat er ruimte ontstaat om een andere koers te varen. Onthoud echter dat de mogelijkheid om je leven een nieuwe richting te geven altijd aanwezig is. We begrijpen dat het leven soms minder rooskleurige periodes kent, maar de manier waarop je hiermee omgaat, ligt in jouw handen. Het is belangrijk om je gevoelens te uiten, erover te praten met anderen en ze niet weg te stoppen. Schaamte is hierin niet nodig.

Als je merkt dat je steeds weer in dezelfde situatie belandt, als een herhalende film, dan is het tijd om een andere film te kiezen. Deze nieuwe keuze zal direct leiden tot andere inzichten. Hoewel zekerheid comfortabel is, kan het steeds herhalen van dezelfde patronen tot een gevoel van routine leiden. Daarom is het de moeite waard om te experimenteren en iets nieuws te proberen.

In mijn praktijk SeeZen heb ik talloze voorbeelden gezien van mensen die zeggen: "Dankzij jouw aanmoediging om alles om te gooien, ben ik nu gelukkiger dan ooit tevoren." Dit soort reacties geeft mij enorm veel energie. Kortom, wees duidelijk en beknopt, maar wees niet te langdradig. Durf te experimenteren met een andere aanpak, en onthoud dat zelfs kleine veranderingen grote positieve gevolgen kunnen hebben.