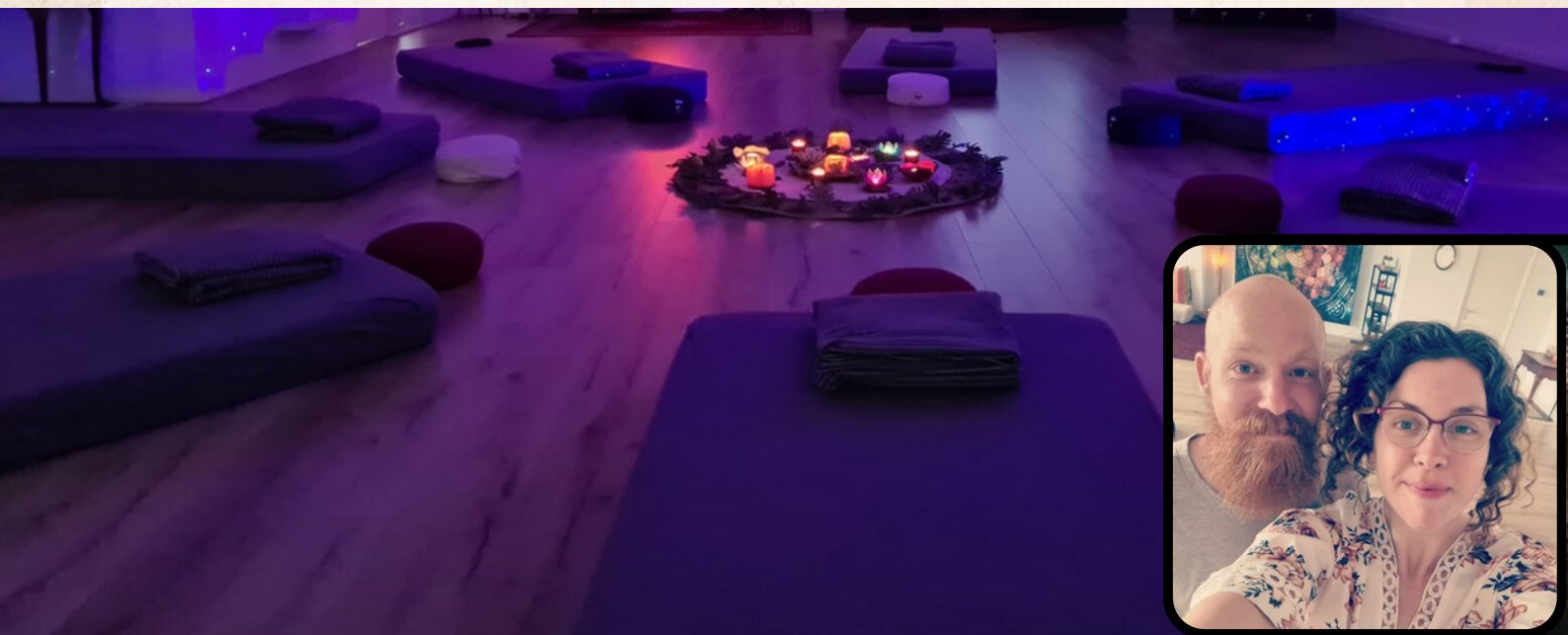


September 2024

Huis vol Adem

Nieuwsbrief

Nr.2



DEZE MAAND

- Tweede nieuwsbrief
- Track & trace
- Agenda
- Ervaringsverhaal Ademcirkel
- Crkbo & Gro!
- The Middle Way
- Huis vol dromen
- Boekentip
- Een schrijven
- Muziekstuk van de Maand
- Samen een stukje oplopen

Tweede nieuwsbrief.

Het nieuwe seizoen is weer van start.

Het is gelukt! De tweede nieuwsbrief is op tijd in je mailbox beland. Soms is het afwachten of een nieuwe puls ook genoeg momentum in zich draagt om in een fijne cadans terecht te komen. Je geïnspireerd voelen een nieuwsbrief in het leven te roepen staat nog niet gelijk aan de daadwerkelijke uitvoering daarvan. Maar *without further ado*...hier is hij dan!

Via de nieuwsbrief houden we jullie op de hoogte van alle ontwikkelingen en events van Huis vol Adem. We vertellen je over onze ademcirkels, onze gloednieuwe opleiding, een glimp van onze visie en werkwijze en delen graag fijne boeken en mooie muziekstukken met jullie.

We wensen jullie veel leesplezier en zien er naar uit jullie te ontmoeten bij Huis vol Adem.

Heb je de eerste nieuwsbrief gemist?

Op www.huisvoladem.com/nieuwsbrief kun je hem als pdf bestand downloaden.

Track & trace in de spam

Twee weken geleden mochten zelf voor postbode spelen. We kwamen er te laat achter dat de track & trace van deze bescheiden bestelling in de spam-map terecht was gekomen. Vandaag besteld morgen in huis werd een week geduldig wachten op een verzendbevestiging die maar niet leek te komen. Bij navraag bleek het dat de bestelling bij het dichtstbijzijnde pick-up point was afgeleverd. Gezien wij alleen een fiets tot onze beschikking hebben bereidde we ons voor op flink wat gesjouw. Gelukkig was de dame die de dozen voor ons had klaar gezet zo vriendelijk haar meubelhondje te lenen. Zij het niet dat ze iets waardevols in bewaring wilde zodat zij er zeker van was dat wij het geliefde hulpstuk ook weer netjes zouden terugbrengen. Met een ID-kaart minder gingen we op pad. Eerlijk is eerlijk, het viel alles mee. We hadden het eigenlijk best naar ons zin.

En.. Het resultaat mag er zijn!

Agenda ademcirkel 2024

Tijd 18:30 - 21:15 (aanvang 18:00)

Zaterdag 5 oktober

Ademcirkel - Stress release

Woensdag 9 oktober i.s.m. Startwijzer

Ademcirkel - Uit je hoofd in je lichaam

Woensdag 13 november

Ademcirkel - Stress release

Zaterdag 23 november

Ademcirkel - Uit je hoofd in je lichaam

Woensdag 11 december

Ademcirkel - Oud & Nieuw

zaterdag dag 11 december

Ademcirkel - Oud & Nieuw



Nieuwe vloerstoeltjes!!



Ademcirkel - Ervaringsverhaal

Woensdagavond 11 september

De wijsheid van je lichaam.

De groep is nog niet eerder zo vol geweest. 21 stoeltjes staan in een cirkel terwijl de mensen binnen beginnen te druppelen. Sommige zijn hier al vaker geweest en maken het zichzelf gemakkelijk. De nieuwe gezichten kijken verwonderd om zich heen terwijl ze een kleine rondleiding krijgen. Op dit moment van de avond bestaat deze groep mensen hoofdzakelijk uit een mooi aantal individuen. De gedeelde bubbel waarin ieder z'n eigen plek in de gezamenlijke verbinding heeft is nog niet tot stand gekomen.

Elk ritueel in dit Huis vol Adem start met een cirkel. Ieder op gelijke voet, met ruimte zijn of haar stem te laten horen. De opening cirkel breekt de spanning van het nieuwe terwijl het aan de andere kant het systeem van sommige wat aan het aanjagen is. Ieder voelt op haar eigen manier dat ze aan het begin staan van een innerlijke reis.

De sessie start met een pure vrouwenstem die uit de verte lijkt te roepen. De groep ademt in en uit zonder onderbreking. Van hen die deze weg al vaker hebben bewandeld ervaart het lichaam de toestemming te mogen processen al bij de eerste toon en de eerste teug. Voor hen die de stap voor het eerst zetten leeft ook de vraag van het nog onbekende. Gelukkig is de bedding voelbaar. Wat er ook komen gaat, ik ben in goede handen.

De muziek neemt de groep mee langs diepe Noorse en Heidense klanken. Het lijf reageert door aan te gaan en laat dit weten via het weefsel van de spieren, het openen van het gevoel en het steeds verder wegvoeren van de gedachten wereld. De reis is begonnen.. Ieder op zijn eigen unieke pad, gedragen door hetzelfde Helende Veld.

Daar waar de een de emoties doorleefd voor de dierbare die er zelf niet aan toe is gekomen, ervoer de ander de steeds groter wordende ruimte om te mogen zijn. Zo groots dat de vleugels van Ziel voelbaar ontvouwde zoals de vleugels van de vlinder die net haar cocon heeft verlaten. Kwetsbare innerlijke kind delen ontvingen eindelijk de liefde waar zo lang naar verlangd is. Zenuwstelsels ervoeren alle ruimte zich te ontladen in ruime schokken vergezeld door verfijnde trillingen of zich te verwikkelen in sierlijke bewegingen om haar kern tot uitdrukking te brengen via de dans.

Uiteindelijk vertraagd de muziek in tempo en volume. Het is veld verzacht gelijk aan de adem van alle reisgenoten. Er ontstaat een verstilling in de ruimte. De reis van vandaag is voorbij. Het bewustzijn vindt langzaam haar weg weer terug naar de gedachtewereld maar duidelijk anders dan hiervoor. Er is iets vergaard. Als we mazzel hebben mogen we straks een glimp van elkaars reis opvangen tijdens de sharing in de eindcirkel.

Aho

The Middle Way

Opleiding tot Body Oriented
Trauma Release Facilitator

Start: 8 Maart
2025

Huis vol Adem
Heerhugowaard

Crkbo registratie & Gro accreditatie!

Met een trots en een verheugd hart kunnen we eindelijk bekend maken dat Huis vol Adem bij het Crkbo geregistreerd staat als opleidingsinstelling.

We wilden het echter niet houden bij enkel de registratie bij het Crkbo. We voelde de roep om de opleiding van een stevige basis te voorzien welke landelijk wordt erkend. Twee weken geleden is de The Middle Way bij het GRO NLQF 6 conform geaccrediteerd!!

Maar wat houdt dat precies in?

Crkbo geregistreerd betekent dat Huis vol Adem aantoonbaar voldoet aan de Kwaliteitscode voor Opleidingsinstituten voor Kort Beroepsonderwijs en hierdoor is vrijgesteld van btw. Deze registratie verzekert onze bezoekers ervan dat de administratieve werkwijze achter de schermen voldoet aan de gestelde kwaliteitseisen van het Crkbo.

De accreditatie van Gro gaat nog een paar stappen verder. Het Gro (GAT Register Opleidingen) is met zorg ontwikkeld onder supervisie van toezichthouder stichting Geschilleninstantie Alternatieve Therapeuten (GAT). De screeningcommissie van GRO erkent opleiders en scholing in de alternatieve sector. Met de Kwaliteitswet WKKGZ als kompas worden opleiders en opleidingen op waarde geschat. De commissie heeft Maikel na de screening erkend als deskundig opleider en de opleiding voor studenten op hbo-niveau geplaatst.

Voor de mensen die de opleiding als deelnemer doorlopen is het niveau een stuk laagdrempeliger omdat voor hen de nadruk vooral ligt op de persoonlijke reis van The Middle Way.



Opleidingsjaar: 2025 – 2026
Opleider: Maikel Poog
Taal: Nederlands
Locatie: Huis vol Adem
Aantal deelnemers: 26
Aantal groepen: 2 per jaar

Duur: 1 jaar bestaande uit 10 weekenden
(2 opleidingsdagen per weekend, live op locatie zonder overnachting + 8 Digitale bijeenkomsten)

Kosten in vier termijnen:

€ 3200,-
(incl. aanbetaling € 300,-)

Kosten in één keer:

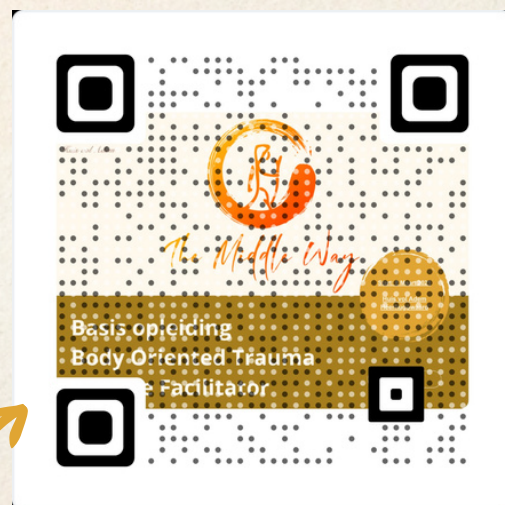
€ 2990,- (€ 210,- korting!)

Opleiding is vrijgesteld van btw

Verplichte literatuur: €52,-

Examen: €250,-

The Middle Way van Huis vol Adem is geen esoterische of boeddhistische school.



Ben je enthousiast geworden en wil je je graag aanmelden?

Scan de QR voor meer info!

www.themiddleway-opleiding.com





Technieken & methoden

- Trauma Release Ademwerk
- Focussen
- Innerlijk kind werk
- Innerlijk ouderschap
- Spaceholden
- Intervenieren
- Sharing
- Werken met Muziek
- Brainspotting
- Lichaamswerk

Leervormen

- Hands-on oefenen op locatie
- Hands-on oefenen thuis
- Theoretische verkenning en verdieping
- Studiemateriaal
- Praktijk weekenden faciliteren
- Online bijeenkomsten
- Intervisie
- Ceremonieel
- Heartdancing®

The Middle Way

Opleiding tot Body Oriented
Trauma Release Facilitator

Start: 8 Maart
2025

Huis vol Adem
Heerhugowaard

Theorie, Praktijk en Integratie

Tijdens de opleidingsweekenden werken we met verschillende methoden die erop gericht zijn jou een intieme reis in jouw binnenwereld te laten maken. Terwijl je leert hoe jij je in jouw persoonlijke proces kunt navigeren leer je tegelijkertijd hoe je een ander in dit proces kunt ondersteunen. Elk weekend heeft een thema welke we theoretisch zullen verkennen en verdiepen. Vervolgens gaan we praktisch aan de slag om het geleerde grondig te oefenen zodat jij je de technieken eigen kunt maken. Buiten de weekenden om zijn er veel oefenmomenten zodat jij de nodige vlieguren zal maken die ervoor nodig zijn een stevige basis te leggen.

Daarnaast is het belangrijk jouw ervaringen te integreren. Het mentaal begrijpen en hands-on oefenen is niet altijd voldoende om je het geleerde werkelijk eigen te maken. Ons systeem heeft tijd en ruimte nodig om het geleerde te integreren.

De basis van het lijfelijk integreren van de teachings is Heartdancing®. Tijdens deze vorm van bewegen, ontwikkeld door Tanja Faber, wordt je uitgenodigd woordeloos in contact te komen met jezelf en met anderen. Via verschillende manieren van bewegen kom je in verbinding met je eigen lichaam. Je wordt je steeds meer bewust hoe je contact maakt en wat er gebeurt in je binnenwereld wanneer je dit doet. Vanuit dit innerlijke contact maak je daarna verbinding met anderen in de dans. Deze manier van werken maakt het mogelijk om de teachings en een verscheidenheid aan competenties van The Middle Way motorisch en emotioneel te ervaren, te integreren en zodoende eigen te maken.

Deelnemers en studenten van The Middle Way worden niet opgeleid tot Heartdancing facilitator®.



Ben je enthousiast geworden en wil je je graag
aanmelden?

Scan de QR voor meer info!

www.themiddleway-opleiding.com

Huis vol dromen

Huis vol Adem is een jonge onderneming. Toen de geboorte van HvA nog slechts een zaadje was droomde wij al levendig over de verschillende elementen, vormen en expressies die we graag de wereld in willen brengen.

Ieder van jullie die Huis vol Adem al eens heeft bezocht heeft de ontvouwing van onze droom tot haar huidige vorm kunnen ervaren.

Dit is echter de eerste stap. Onze dromen reiken verder. Elke maand zullen we een stukje van onze droom met jullie delen.

De Buren

De praktijkruimte van Huis vol Adem bestond oorspronkelijk uit twee adressen. Nummer 60 en 62. Via een binnendeur kon je gemakkelijk van de ene ruimte naar de ander. Als startende ondernemers waren beide adressen een beetje te hoog gegrepen (lees torenhoge huur). Het is echter onze droom om beide adressen opnieuw in gebruik te nemen.

Steeds meer mensen weten ons te vinden en met de geboorte van The Middle Way is de samenvoeging van beide adressen weer een realistische stap. Dan is het nog zaak even te wachten tot (en of) de burens gaan verhuizen!

Waar we deze ruimte voor zullen gebruiken houden we nog even voor ons. Want wat voor ons een droom is, is voor jullie een verassing!

Boekentip!

Alle delen welkom (No Bad Parts) van Richard C. Schwartz beschrijft het Internal Family System. Het IFS-model maakt (al was het niet de intentie van de auteur) een groot deel van de Vierde weg praktisch en toegankelijk. Het inzicht dat IFS biedt is dat onze innerlijke worsteling een weerspiegeling is van de activiteiten van delen in onszelf. Er zijn delen die belast zijn met pijn van vroeger, die ze nog altijd met zich meedragen. Daarnaast zijn er delen die een beschermende rol op zich nemen. Zij willen voorkomen dat we de eenzaamheid en het verdriet van onze belaste delen opnieuw ervaren. Het boek biedt talrijke praktische tools hoe je jouw binnenwereld kunt benaderen én er mee kan werken. Een belangrijke basisvaardigheid voor de Body Oriented Trauma Release Facilitator .

Review

Het was een bijzonder mooie ervaring, ik heb iets op kunnen ruimen waar ik heel blij mee was. Hele lieve mensen en een fijne energie.

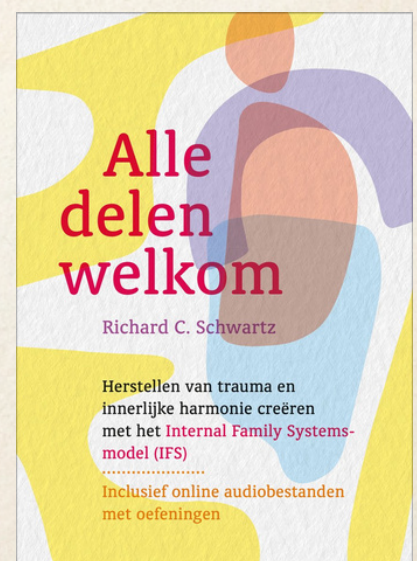
Wat ze doen is zo waardevol. Als je jezelf toestaat om het te laten gebeuren dan is het er.

Ik heb zoiets nog nooit meegemaakt, niet op deze manier.

Dank aan het hele team van Huis vol Adem.

In het bijzonder aan Maikel en Mireille.

~Marion Rijerse



Een schrijven..

Intrede van een heilig veld

“Waar de sessie normaal gesproken zou eindigen begon die van haar.

Haar lichaam maakte adembewegingen die haar niet eigen waren. Ze werd geademd.

Oeroude ritmes van heling die het lichaam van de mens in zich draagt maar wiens geheimen niet snel worden vrij gegeven.

Haar handen kneedde en bedrukte een substantie niet zichtbaar voor het blote oog maar duidelijk voelbaar voor haar lichaam.

Een vibrerend veld bewoog door haar heen. Haar buik schokte buitengewoon krachtig en gracieus.

De innerlijke heelmeeester was duidelijk ontwaakt en werkte ijverig, poëtisch, tijdloos.

Muziekstukken kwamen in me op om het veld dat geen voeding nodig had te voeden.

De muziek kon slechts eren wat er gaande was. Ik kon slechts verbluft in verwondering gadeslaan wat zich voor mijn ogen voltrok.

Het was een moment van pure heling.

De intrede van het heilige veld.

Laten we samen een stukje oplopen..

Mocht je ergens tegenaan lopen en heb je het gevoel dat wij jou hierbij kunnen ondersteunen? Neem gerust contact met ons op. Dan onderzoeken we samen wat wij voor jou kunnen betekenen.

Bezoek de website www.huisvoladem.com voor meer info.

Vind je bellen prettiger of stuur je liever een appje?

Geen probleem!

Onze nummers zijn:

Mireille 0640243778

Maikel 0643114942



Muziekstuk van de maand

Bij Huis vol Adem zijn we ervan overtuigd dat muziek één van de belangrijkste elementen is van een Trauma Release Ademsessie.

Een afgestemde set neemt je mee op reis langs de verschillende aspecten van het bestaan en heeft de potentie elke frequentie op het palet aan menselijke emoties in ons aan te raken.

Het is ons een waar genoegen elke maand een prachtig muziekstuk in het zonnetje te zetten!

Deze maand:

“Gra” - Wardruna

Het gehuil van de Oude Grietze laat de helende Veld weten dat het moment van verdieping hier en nu is. De stevige drum en het wegsterven van zijn stem verzekerd elke sessie van een krachtige activatie en geeft de ademer zuivere toestemming om zonder twijfel de reis naar binnen te maken.