



Moedig Mens Nieuwsbrief

wie kan er nou niet een beetje meer moed gebruiken?

Zaterdag, 1 januari 2010

Moedig Mens wenst iedereen uiteraard een heel moedig 2011!

www.moedigmens.nl

In deze nieuwsbrief:

- [De eerste nieuwsbrief van Moedig Mens is een feit!](#)
- ["Moed doet Goed"-training van start in het voorjaar. Meld je nu aan!](#)
- [Nieuw aanbod: "Haal die moed uit je schoenen!"](#)
- [BIG-registratie GZ-psycholoog behaald.](#)
- [Wat is bemoediging eigenlijk?](#)
- [Nieuw boek verschenen: "Loslaten, dan kan het leven doorgaan"](#)

De eerste nieuwsbrief van Moedig Mens is een feit!

Dit is de eerste nieuwsbrief van Moedig Mens. Met deze nieuwsbrief blijf je op de hoogte van de activiteiten van Moedig Mens. Het is de bedoeling deze nieuwsbrief met regelmaat maandelijks naar iedereen te versturen. Wil je deze nieuwsbrief blijven ontvangen: meld je dan nu hier aan. Wil je deze nieuwsbrief niet meer ontvangen: meld je dan hier af. Als je geen van beide opties kiest, blijf je de nieuwsbrief ontvangen. Het is altijd mogelijk om je weer aan- of af te melden.

"Moed doet Goed"-training van start in het voorjaar.

Na de voorjaarsvakantie wordt de Encouraging-training "Moed doet goed" weer gegeven in Groningen! Op de woensdagavond, op een locatie in het centrum. Stuur een email als je je wilt aanmelden of als je op de hoogte gehouden wilt worden. Kijk hier voor meer informatie over trainingen bij Moedig Mens: www.moedigmens.nl/nl/aanbod/trainingen/

Nieuw aanbod: "Haal die moed uit je schoenen!"

We kennen het allemaal. Van die dingen die moeten gebeuren, maar die we toch steeds weer voor ons uitschuiven. Terwijl we ergens ook wel weten dat het fijn of goed zou zijn, als we ze zouden doen. Maar op de een of andere manier komt het er maar niet van. Die sollicitatiebrief schrijven, je administratie in een ordner stoppen, die gangkast leegruimen, dat telefoontje naar familie plegen. Het blijft maar in je hoofd zitten!

Voor alles wat niet van zelf gaat is net even wat meer moed nodig. En soms is een stok achter de deur al voldoende! Moedig Mens houdt van beweging en ondersteunt je graag bij het aanpakken van zaken die moeten gebeuren. Meestal valt het achteraf namelijk reuze mee, maar ja, dat is achteraf. Stuur een email met wat je wilt gaan doen en wanneer je dat gaat doen. Moedig Mens houdt je op een bemoedigende manier aan je afspraak met jezelf!

Weet je niet waar te beginnen of kom je echt niet vooruit, maak dan een afspraak. Samen gaat 't ook gewoon een stuk beter! Ga naar: www.moedigmens.nl/nl/welkom/haal-die-moed-uit-je-schoenen

Moedigerd van de week

"Ik zat het al maanden voor me uit te schuiven ... een nieuwsbrief maken pfff, ik ben nog van het DOS tijdperk en van WordPerfect en nu, al dat flashy gedoe, dat is vast heel moeilijk!"

Soms kun je erg op zien tegen dingen en het voor je uitschuiven. Heel lastig want zo kost het alleen maar meer tijd (het passeert wel honderd keer je hersenen) en geheugenruimte! Vaak helpt het om het doel in kleine stapjes op te delen: "vijf-minuten-stapjes" of een "met twee vingers in mn neus kan ik dat nog"-taakje. Zo heb je in ieder geval iets gedaan en ach, meestal als de eerste stap gezet is ... ja toch?

"Weet je wat, ik ga eerst gewoon even googlen op "ervaringen met ...". Zo kwam ik op een gratis software programma, best simpel. De eerste nieuwsbrief duurde wat langer, maar de volgende gaat vast al weer veel sneller. Ha! Toch maar weer mooi gedaan!"

Ook meer moed? Haal die moed uit je schoenen!

BIG-registratie GZ-psycholoog behaald

Om de kwaliteit van psychologische zorg te waarborgen is er een post-doctorale studie van 2 jaar in het leven geroepen. Na het volgen van deze opleiding mag je je inschrijven in het Beroepsbeoefenaren-In-de-Gezondheidszorg-Register (BIG). Zorgverzekeraars nemen deze kwaliteitsregistratie over door vaak alleen gesprekken van BIG-geregistreerde psychologen vanuit de basisverzekering te vergoeden.

Moedig Mens is blij dat deze registratie, na twee-en-een-half jaar moedig ploeteren, per 1 december 2010 is behaald!

Dit betekent concreet dat er gebruik gemaakt kan worden van de basisverzekering om de gesprekken bij Moedig Mens te vergoeden. Vanuit de basisverzekering krijgt iedereen 8 gesprekken vergoed. Wel geldt er een eigen bijdrage van 10,- euro per gesprek en tellen de kosten mee voor het eigen risico.

Wat is bemoediging eigenlijk?

Bemoediging is de smeerolie in het radarwerk van de maatschappij en maakt een constructieve samenwerking mogelijk waar mensen ook maar samen zijn.

Bemoediging is de brug tussen willen en doen. Wie genoeg moed heeft is creatief genoeg om zijn leven naar volle tevredenheid vorm te geven en een oplossing te bedenken voor de problemen die hij tegenkomt. Lees meer over bemoediging op:

www.moedigmens.nl/nl/moedig-mens/wat-is-bemoediging/

Nieuw boek verschenen: "Loslaten, dan kan het leven doorgaan"

Bij Uitgeverij Anode is onlangs opnieuw een boek van Theo Schoenaker vertaald: "Loslaten, dan kan het leven doorgaan". Een novelle waarin de verschillende hoofdpersonen op verschillende manieren met het thema loslaten, acceptatie en vergeving te maken krijgen. Loslaten kan een groot thema zijn in iemands leven. Eigenlijk is uitademen al een vorm van loslaten.

Natuurlijk kunnen we ook de andere boeken van Theo Schoenaker over bemoediging, bemoedigend opvoeden en bemoediging in je relatie van harte aanbevelen!

Ga naar de Website van Uitgeverij Anode: www.uitgeverij-anode.nl

Meer weten over de **Encouraging-Trainingen**? Op zoek naar een trainer die meer bij u in de buurt zit? Kijk dan op www.encouraging-training.nl

Eerst een **goed boek lezen** over bemoediging? "Moed doet goed" van Theo Schoenaker is een goed begin. Bestel dit boek bij de Uitgeverij Anode

Zelf **trainer worden**? Kijk op de website van het Adler Schoenaker Instituut Nederland voor meer informatie over deze ervaringsgerichte, praktische en bemoedigende opleiding!

Dit is een uitgave van Moedig Mens

Deze nieuwsbrief mag zonder toestemming van Moedig Mens worden doorgezonden naar anderen die hebben aangegeven geïnteresseerd te zijn.

Aan- en afmelden voor deze nieuwsbrief kan altijd door een email te sturen met de titel "aanmelden nieuwsbrief" of "afmelden nieuwsbrief" naar nieuwsbrief@moedigmens.nl

Moedig Mens houdt van **privacy** en zal je emailadres of andere gegevens nooit zonder toestemming aan derden doorgeven.