

V.O.G. VOOR OUDEREN

Emmy Langeweg

DE Vereniging Ouderen Gaasperdam is al jaren actief voor ouderen uit Gaasperdam. Sinds september 2009 is er een nieuw bestuur aangetreden en wij proberen nu de vereniging nieuw leven in te blazen. Dit doen wij ondermeer door het promoten van onze vereniging en de clubs.

MISSCHIEN kent u het gebouw wel, waar wij zitten. De ingang is schuin tegenover de ingang van apotheek en huisartsenpost. Er zijn verschillende clubs die aantrekkelijke activiteiten bieden. Denk aan de schaakvereniging, koersbal zangkoor of klaverjasvereniging, en nog veel meer. Bij al onze activiteiten zijn nieuwe leden vanaf 50 jaar welkom. Daarom is er sinds 20 januari een website waar iedereen met een internetverbinding informatie kan vinden over de diverse clubs en de activiteiten die hier plaats vinden. Een aantal leden is bijvoorbeeld het vorige jaar met de bus op stap geweest naar een orchideeënkwekerij en de foto's daarvan zijn ook te zien op onze website.



WIJ hopen op veel nieuwe leden voor onze vereniging en de diverse groepen. Namens het bestuur graag tot ziens bij de Vereniging Ouderen Gaasperdam, Millingenhof 161, 1106 KK Amsterdam telefoon: 020-697 2208,



bij geen gehoor graag inspreken.

Mail naar v-o-g@live.nl of kijk op de website met alle informatie: <http://www.v-o-g.nl>

PRAKTIJK GEOPEND

Anne Troike

SINDS kort heeft Anne Troike haar deuren geopend voor de eerste DofNA Praktijk in Amsterdam. En dan nog wel in Holendrecht: info@dofnapraktijk.nl DofNA betekent Discharge of Neural Aspects en is ontwikkeld door James en Gina van Weeren. Deze vrij nieuwe methode maakt het mogelijk, emotionele blokkades op een diep niveau op te sporen en blijvend te ontladen. Er kan op thema's gewerkt worden als bijvoorbeeld vastlopen in de relatie, angsten, chronische vermoeidheid, verslavingen of lichamelijke

klachten. Ook kan DofNA gebruikt worden om meer doorstroming in het leven te verkrijgen, bijvoorbeeld de levensdroom maar niet kunnen manifesteren, financieel er altijd krap voor staan, het gevoel steeds achter de feiten aan te lopen of door je agenda geleefd te worden. Het is een zeer effectieve methode, maar tegelijk ook een zachte, omdat oude trauma's niet opnieuw herleefd hoeven te worden.

IN de loop van ons leven nemen wij vaak overtuigingen aan. Deze overtuigingen verzelfstandigen zich vaak, waardoor ze ons beperken en er zich steeds herhalende levenssituaties ontstaan, zogenaamde vicieuze cirkels. De overtuigingen worden in de behandeling ontladen en zo kunnen ook de vicieuze cirkels doorbroken worden. Vaak zit de kern van een trauma niet in de cliënt zelf, maar bij één van zijn voorouders. Deze wordt dan, via het DNA, van generatie op generatie doorgegeven. Door de kern van het trauma bij de voorouder te ontladen lost dit ook bij de cliënt op. Er kan ook goed op kinderen en zelfs op dieren gewerkt worden. Er wordt altijd gestart met een basisbehandeling, waar de basisovertuigingen uit de eerste 20 levensjaren en verschillende vervuilingen verwijderd worden. Daarna kan gestart worden met de advanced behandelingen. Per item zijn er gemiddeld drie advanced behandelingen nodig.

ALS je interesse hebt of meer wilt weten, kijk op



www.dofnapraktijk.nl

DofNA Praktijk Anne Troike
Mijehof 359, 020-3652981

KINDERACTIVITEITEN

Janke Bakkm



WELZIJSORGANISATIE

Swazoom organiseert voor kinderen van 6 tot 12 jaar regelmatig gratis activiteiten in activiteitencentrum Holendrecht.



MAANDAG van 15.15 - 17.00 uur en woensdag van 14.00 - 16.00 uur is er Wise Kids. Maandag is er ook basketbal in de Mobiel Holendrecht van 15.30 - 17.30 uur. Woensdag is er Lunch&zo van 13.00 - 14.00 en Playground van 14.00 - 16.00 uur. Vrijdag, tot slot, is er van 16.00 - 19.00 uur Swazoom Moves met sport en spel. Activiteitencentrum Holendrecht, Holendrechtplein 37, 020-5696857. Meer informatie op www.swazoom.nl