



# VOORWOORD

## BEN JIJ NIEUWSGIERIG NAAR HET AANBOD VAN DE PRAKTIJKEN IN UDEN EN OMGEVING?

## DAN IS DE OPEN PRAKTIJKDAG UDEN ECHT IETS VOOR JOU!

Op zondag 14 april 2024 tussen 11.00 en 15.00 uur openen alle 21 deelnemende praktijken hun deuren. Jij kan kennismaken of meedoen aan gratis workshops, webinars of behandelingen. Loop vrij binnen om een kopje koffie te drinken of een praatje te maken. Zo kan je ervaren of de behandeling of methode echt bij je past en leer je de praktijkhouder echt kennen.



In deze OPU-flyer maak je alvast kennis met alle praktijken en in de timetable kan je kiezen waar je aan deel wil nemen of waar je graag een kijkje zou willen nemen.

De praktijken bevinden zich in de dorpen Uden, Volkel, Zeeland, Nistelrode en Boekel.

Heb jij al een keuze gemaakt? Meld je dan nu meteen aan! Je kunt je aanmelden bij je praktijk naar keuze. Kijk hiervoor bij de gegevens naast de time-table in deze flyer.

Wil je eerst nog meer informatie, bezoek dan de website van de OPU. Op [www.openpraktijkdaguden.nl](http://www.openpraktijkdaguden.nl) vind je alle praktijken die meedoen en een link naar hun eigen website.

Veel plezier bij het bezoeken van de praktijken.

### - OPU Organisatie -

Rob Landweer (Oprecht Equine Assisted Coaching)  
Ellen de Groot (Praktijk Groot & Krachtig)

# INHOUDSOPGAVE

WERK EN LOOPBAAN .....	4
PLANNING EN ORGANISATIE .....	4
GEZONDHEID EN VITALITEIT .....	5
FAMILIE, LIEFDE EN RELATIES .....	6
OPVOEDING EN ONDERWIJS .....	6
ONTSPANNING .....	7
TIMETABLE .....	8-9
PERSOONLIJKE GROEI EN BEWUSTWORDING KINDEREN EN JONGVOLWASSENEN .....	10-11
PERSOONLIJKE GROEI EN BEWUSTWORDING VOLWASSENEN .....	12-15



# WERK EN LOOPBAAN

## DE ROOS COACHING & ONTWIKKELING



Wat maakt jou gelukkig op je werk? En waar word je juist heel ongelukkig van? En waarom?

Ik help jou ontdekken waar je talent ligt zodat je zelf de regie kunt nemen over je eigen (werk)geluk.

**Rosalie Reichardt**  
[www.derooscoaching.nl](http://www.derooscoaching.nl)

## ONTDEK JOUW PAD



Wil je meer energie en werkgeluk ervaren?

Je loopbaan is je werk en nog veel meer. Door rust, diepgang en creatieve werkvormen ontdekken we jouw unieke pad en volgende stap.

**Ellen van de Wetering**  
[www.ontdekjouwpad.nl](http://www.ontdekjouwpad.nl)

# PLANNING EN ORGANISATIE

## STAP VOOR STAP ORGANIZING



Onrust en stress door de rommel in huis? Door mijn praktische aanpak zie je altijd meteen resultaat en ontstaat er weer rust, ruimte en overzicht!

**Annelies Borst**  
[www.stapvoorstap-organizing.nl](http://www.stapvoorstap-organizing.nl)

# GEZONDHEID EN VITALITEIT

## VIA HANDEN



VoetreflexPlus therapie, massages, cupping en NEItherapie zijn de pijlers van praktijk Via Handen. Voor eenieder wat passend is; op weg naar ontspanning, klachtenvermindering, balans en welbevinden. Met aandacht en betrokkenheid.

**Cora Hofsteede**  
[www.viahanden.nl](http://www.viahanden.nl)

## EMOTIONELE DETOX



Opgeslagen emotionele gebeurtenissen hebben invloed op je gezondheid en vitaliteit.

Met behulp van het innerlijk werk vanuit de Journey Methode ontdek je wat de bron is van jouw klacht.

**Marca de Greef**  
[www.emotioneledetox.nl](http://www.emotioneledetox.nl)



# FAMILIE, LIEFDE EN RELATIES

## ONBEWUST-BEWUST



Laten je kinderen gedrag zien wat je niet kan plaatsen? Loop je zelf vast in werk/relaties/enz? Een familieopstelling maakt zichtbaar op een helende manier.

**Emiel Verhoeven**  
[www.onbewust-bewust.nl](http://www.onbewust-bewust.nl)

# OPVOEDING EN ONDERWIJS

## DE TANTES



De Tantes denken met jou mee en kijken naar hoe jij het beste leert.

Wij bieden handvatten, tips en trucs die jij kan toepassen bij jouw uitdagingen in iedere context.

**Saskia Plug en Natasja Driessen**  
[www.detantescoaching.nl](http://www.detantescoaching.nl)

## PITTIGE PUBER



Vanuit onze expertise en persoonlijke ervaring helpen we jou begrijpen waar het 'moeilijke' gedrag van je puber(s) vandaan komt.

Je gevoel van machteloosheid neemt af en jouw grip neemt toe.

**Esther van Neerven**  
[www.pittigepuber.nl](http://www.pittigepuber.nl)

# ONTSPANNING

## VOICE OF YOUR HEART HEALING



Klankschalen zorgen voor een prachtige klank en krachtige trilling die voelbaar is in je lijf, het zorgt voor emotionele rust en ontspanning voor

lichaam en geest. Leuk voor een gezellig uitje met vrienden of familie op mijn fijne plek! Voor een groep mogelijk op locatie. Loopt het leven niet zoals je zou willen, kijk dan bij het onderwerp "persoonlijke groei & bewustwording".

**Linda van den Berg**  
[www.voiceofyourheart.nl](http://www.voiceofyourheart.nl)

## PRAKTIJK GROOT & KRACHTIG



Ik ben Ellen, energetisch therapeut.

Ik ben er voor vrouwen die veel in hun hoofd zitten en weinig innerlijke rust ervaren.

Leer leven vanuit je intuïtie, zodat je fijn, gelukkig en ontspannen voelt.

Laat me jou dé ontspanning ervaren.

**Ellen de Groot**  
[www.praktijkgrootenkrachtig.nl](http://www.praktijkgrootenkrachtig.nl)

## VIA HANDEN



VoetreflexPlus therapie, massages, cupping en NEI therapie zijn de pijlers van praktijk Via Handen. Voor eenieder wat passend is; op weg

naar ontspanning, klachtenvermindering, balans en welbevinden. Met aandacht en betrokkenheid.

**Cora Hofsteede**  
[www.viahanden.nl](http://www.viahanden.nl)

## YOGABLE



Hatha yogalessen voor bewegen zonder prestatie, rust in je lichaam en hoofd en ontspannen ademen.

Yin yoga voor verstillend en Ayurvedische massage voor ontspanning.

**Manon Steenbeek**  
[www.yogable.nl](http://www.yogable.nl)

	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00			
<b>AAGO – NLP COACHING &amp; HARTCOHERENTIE</b>	Workshop Grip op Stress: meer rust en zelfvertrouwen	Vrije inloop Kennismaken Hartcoherentie en NLP	Workshop Grip op Stress: meer rust en zelfvertrouwen	Vrije inloop Kennismaken Hartcoherentie en NLP	www.aago.nl D'n office, Loopkantstraat 25, Uden			
<b>DE ROOS COACHING &amp; ONTWIKKELING</b>	Workshop 'Op zoek naar (werk)geluk' (max. 5 pers)			Persoonlijke kennismaking (individueel - op afspraak)	www.derooscoaching.nl info@derooscoaching.nl			
<b>DE TANTES</b>	Kennismaking kom langs voor een persoonlijk praatje!	Vrije inloop komen jullie gezellig even binnen?		Kennismaking kom langs voor een persoonlijk praatje!	www.detantescoaching.nl 06-26046840			
<b>DE WIJSTGRONDEN</b>	Vrije inloop	Workshop Rouw en verlies	Vrije inloop	Workshop Rouw en verlies	www.dewijstgronden.nl D'n Office, Loopkantstraat 25, Uden			
<b>EMOTIONELE DETOX</b>	Intro Access Bars	Intro Access Bars	Vrije inloop	Intro Access Bars	Intro Access Bars	Innerlijk Werk Cirkel Geleide meditatie	www.emotioneledetox.nl/opu Kerkstraat 16D, Boekel	
<b>EQUIZENZ</b>	Workshop Hoogsensitief: ik en het paard		Workshop Hoogsensitief: ik en het paard		www.equizenz.nl 06-21250362			
<b>JEUGDPRAKTIJK GROEN</b>	Kennismaking met Lesley en haar werkwijze	NEI sessie kom ervaren wat dit je kan brengen	Kennismaking met Lesley en haar werkwijze	NEI sessie kom ervaren wat dit je kan brengen	Muziekplein 86, Uden 06-28960721			
<b>LIEF JE ROUW</b>	Vrouw & rouwcirkel een cirkel van verbinding voor vrouwen		Vrije inloop ontmoeten & verbinden om kennis te maken met mij en mijn praktijk		www.liefjrouw.nl Muntmeester 208, Uden			
<b>LOTTE LANGENBERG</b>	Kennismaking (met methode)		Korte theoretische introductie TRE (digitaal)	Kennismaking (met methode)	Kennismaking (met methode)	www.lottelangenberg.nl info@lottelangenberg.nl		
<b>ONBEWUST-BEWUST</b>	Workshop vraag je jezelf weleens af "wie ben ik"?		Kennismaking kom een bakkie doen		Workshop ervaren familieopstelling	info@onbewust-bewust.nl Flowable, Oranjestraat 30, Uden		
<b>ONTDEK JOUW PAD</b>	Workshop 'Ken jezelf' (max. 4 pers)	Kennismaking individuele sessie	Vrije inloop	Workshop 'Ontdekken' (max. 4 pers)	Kennismaking individuele sessie	www.ontdekjouwpad.nl ellen@ontdekjouwpad.nl		
<b>OPRECHT EQUINE ASSISTED COACHING</b>	Team / groepscoaching voor eenieder die een team of groepscoaching wil ervaren	Kom vrijblijvend kennismaken met coaching mbv paarden	Individuele coaching persoonlijke aandacht voor jou alleen	Kind ouder coaching Begrijpen jullie elkaar niet helemaal? Pak dan deze kans!	www.oprechteam.nl Loosbroekseweg 33, Nistelrode			
<b>PAPILLON THERAPIE EN COACHING</b>	Vrije inloop Loop binnen en maak kennis met de praktijk en mij. Je ontvangt een gratis hypnose. Koop mijn boek met korting en een aroma of Bachbloesem recept voor €20.				www.papillontherapieencoaching.nl Spechtlaan 6, Boekel			
<b>PITTIGE PUBER</b>	Online Webinar 'Grip op machteloosheid' voor ouders en docenten			Live workshop Uden 'Grip op machteloosheid' voor ouders en docenten		www.pittigepuber.nl info@pittigepuber.nl		
<b>PRAKTIJK GROOT &amp; KRACHTIG</b>	Vrije inloop Laat je inspireren	Kennismaking 1-op-1 behandeling	Kennismaking 1-op-1 behandeling	Workshop Een ontspannende reis (max. 4 pers)	www.praktijkgrootenkrachtig.nl Kloosterstraat 49, Volkel			
<b>STAP VOOR STAP ORGANIZING</b>	Minimorfose bij jou thuis een probleemplek opruimen		Minimorfose bij jou thuis een probleemplek opruimen		Minimorfose bij jou thuis een probleemplek opruimen	www.stapvoorstaporganizing.nl/opu4 06-18548236		
<b>VIA HANDEN</b>	Vrije inloop kennismaking en demonstratie				www.viahanden.nl 06-54673604			
<b>VIVENDY</b>	Behandeling Mini Transformatie Healing	Behandeling Mini Transformatie Healing	Workshop Dicht bij jezelf	Kennismaking Loop maar binnen!	Workshop Mini Transformatie Healing	Behandeling Dichtbij jezelf	Workshop Opstelling "in je centrum"	www.vivendy.nl/events/ open-praktijkdag/ 06-28184807
<b>VOICE OF YOUR HEART HEALING</b>	Vrije inloop Kennismaking: kom ontdekken en beleven, er is zelfs een grote full-body schaal waarin je mag staan.				www.voiceofyourheart.nl Berkhoeke 8, Boekel			
<b>YELLOWHOEVE COACHING</b>	Kennismaking met mijn bedrijf Rondleiding en uitleg wat ik doe				Schajkseweg 17, Zeeland 06-42501160			
<b>YOGABLE</b>		Les Yin yoga	Les Hatha yoga		Informatie Gebruik van Ayurvedische olie	www.yogable.nl 06-53716592		

# PERSOONLIJKE GROEI EN BEWUSTWORDING KINDEREN EN JONGVOLWASSENEN

## YELLOWHOEVE COACHING



Zit je kind niet lekker in zijn vel, dan kan ik samen met de pony's spelenderwijs een helpende hand bieden.

Ieder kind verdient het om te stralen als een ster.

**Rianne van Geel**  
[www.yellowhoeve.nl](http://www.yellowhoeve.nl)

## EQUIZENZ



Equizenz richt zich op Hoogsensatieve personen op zoek naar balans in het leven.

Onze unieke aspecten zijn: paarden, natuur, creativiteit en spiritualiteit om deze balans te vinden.

**Jolanda Kleiss**  
[www.equizenz.nl](http://www.equizenz.nl)

## DE TANTES



De Tantes geven met jou samen elk traject vorm, zodat het past bij jouw persoonlijke wens en vraag.

Coaching op locatie naar keuze met een tante die bij jou past.

**Saskia Plug en Natasja Driessen**  
[www.detantescoaching.nl](http://www.detantescoaching.nl)

## PITTIGE PUBER



Vanuit onze expertise en persoonlijke ervaring helpen we jou begrijpen waar het 'moeilijke' gedrag van je puber(s) vandaan komt.

Je gevoel van machteloosheid neemt af en jouw grip neemt toe.

**Esther van Neerven**  
[www.pittigepuber.nl](http://www.pittigepuber.nl)

## JEUGDPRAKTIJK GROEN



Jeugdpraktijk Groen begeleidt jongeren in hun persoonlijke groei, mede door het vergroten van hun zelfliefde. In mijn praktijk combineer ik psychosociale therapie met NEI-therapie (indien wenselijk). Deze combinatie

kan nog meer bijdragen aan het begrijpen en veranderen van belemmerende overtuigingen, emotionele blokkades en stressfactoren.

**Lesley Bouman**  
[www.jeugdpraktijkgroen.nl](http://www.jeugdpraktijkgroen.nl)



## OPRECHT EQUINE ASSISTED COACHING



Kennismaken met coaching met behulp van paarden. Ze voelen jouw gemoedstoestand aan en hun zijn in het hier en nu.

De paarden laten jou je eigen patronen ontdekken en er jou bewust van worden.

**Rob Landweer**  
[www.oprechteac.nl](http://www.oprechteac.nl)

# PERSOONLIJKE GROEI EN BEWUSTWORDING VOLWASSENEN

## PRAKTIJK GROOT & KRACHTIG



Ik ben Ellen de Groot, energetisch therapeut, en ik ben er voor vrouwen die veel in hun hoofd zitten en weinig innerlijke rust

ervaren. Leer leven vanuit je intuïtie, zodat het allemaal gemakkelijker stroomt.

**Ellen de Groot**  
[www.praktijkgrootenkrachtig.nl](http://www.praktijkgrootenkrachtig.nl)

## OPRECHT EQUINE ASSISTED COACHING



Kennismaken met coaching met behulp van paarden. Ze voelen jouw gemoedstoestand aan en hun zijn in het hier en nu.

De paarden laten jou je eigen patronen ontdekken en er jou bewust van worden.

**Rob Landweer**  
[www.oprechteac.nl](http://www.oprechteac.nl)

## DE ROOS COACHING & ONTWIKKELING



Heb je het gevoel dat je meer uit jezelf, je werk en je leven zou kunnen halen?

Ik help je ontdekken waar jouw kracht ligt en reik je de juiste middelen aan zodat jij verder kunt.

**Rosalie Reichardt**  
[www.derooscoaching.nl](http://www.derooscoaching.nl)

## LIEF JE ROUW



In mijn rouw- verlies- en levensbegeleiding sta ik naast je om aan te kijken wat gezien wil worden.

Mijn aanbod bestaat uit individuele begeleiding, creatieve workshops, rouwcirkels en systemisch werk.

**Reni de Bie**  
[www.liefjerouw.nl](http://www.liefjerouw.nl)

## PAPILLON THERAPIE EN COACHING

Monique begeleidt ouders en opvoeders met fysieke en/of mentale klachten voor/tijdens/ na een zwangerschap na een trauma of rouw door het overlijden van een kind en stellen die niet op de natuurlijke weg zwanger kunnen worden.



**Monique Verhagen**  
[www.papillontherapieencoaching.nl](http://www.papillontherapieencoaching.nl)  
[www.papillonhypnotherapie.nl](http://www.papillonhypnotherapie.nl)

## YELLOWHOEVE COACHING



Heb je een hulpvraag? Ik help je samen met het paard om tot zelfinzicht te komen. Een paard spiegelt en reageert op jouw gevoelens. Volg je hart, want dat klopt.

**Rianne van Geel**  
[www.yellowhoeve.nl](http://www.yellowhoeve.nl)

## VOICE OF YOUR HEART HEALING



Bepaalde patronen kunnen je leven beïnvloeden. Doormiddel van een coaching/klankhealing kan ik jou helpen om lichaam en geest weer in balans te brengen. In samenwerking met mijn unieke Klankschalen kunnen blokkades op een nog dieper niveau worden aangepakt. Klachten kunnen verminderen of zelfs verdwijnen.

**Linda van den Berg**  
[www.voiceofyourheart.nl](http://www.voiceofyourheart.nl)

# PERSOONLIJKE GROEI EN BEWUSTWORDING VOLWASSENEN

## EMOTIONELE DETOX



Access Bars® zijn 32 punten op je hoofd die door aanraking oude gedachtes, gevoelens en emoties kunnen ontladen.

Dit en de krachtige tools voor bewustzijn kunnen je helpen meer rust en ruimte te ervaren.

**Marca de Greef**  
[www.emotioneletedetox.nl](http://www.emotioneletedetox.nl)

## ONTDEK JOUW PAD



Wil je ontspannen en energieker leven?

Je drijfveren en verlangens geven je richting en houvast. Met creatieve

werkvormen maken we die zichtbaar en ontdekken we jouw eigen unieke pad.

**Ellen van de Wetering**  
[www.ontdekjouwpad.nl](http://www.ontdekjouwpad.nl)

## ONBEWUST-BEWUST



Kom je vaak dezelfde frustraties of (oude) pijn tegen?

Tijdens een 1 op 1 consult of workshop gaan we samen op een diepere laag onderzoeken wat gezien wil worden.

**Emiel Verhoeven**  
[www.onbewust-bewust.nl](http://www.onbewust-bewust.nl)

## DE WIJSTGRONDEN



Verlies en rouwbegeleiding.

Praktische, persoonlijke en flexibele ondersteuning voor iedereen die verlies ervaart en hierin wil groeien.

**Jolanda van der Wijst**  
[www.dewijstgronden.nl](http://www.dewijstgronden.nl)

## LOTTE LANGENBERG



Ondersteuning in het ontdekken en vergroten van jouw authenticiteit en potentieel met behulp van diverse methodes.

**Lotte Langenberg**  
[www.lottelangenberg.nl](http://www.lottelangenberg.nl)

## VIVENDY



Begeleiding in jouw proces van afscheid, verlies of rouw, zodat jij weer voluit kunt leven.

Transformeer dat wat nodig is om dicht bij jezelf te komen. Onafhankelijk en vanuit je eigen kracht.

**Wendy Langens**  
[www.vivendy.nl](http://www.vivendy.nl)

## EQUIZENZ



Equizenz richt zich op Hoogsensitieve personen op zoek naar balans in het leven.

Onze unieke aspecten zijn: paarden, natuur, creativiteit en spiritualiteit om deze balans te vinden.

**Jolanda Kleiss**  
[www.equizenz.nl](http://www.equizenz.nl)

## AAGO - NLP COACHING & HARTCOHERENTIE



Maak kennis met een vitaler leven door persoonlijke ontwikkeling in je communicatie. De positieve impact van NLP, Neuro Linguistisch Programmeren gecombineerd met Hartcoherentie zorgt voor meer ontspanning, rust en (zelf)vertrouwen.

**Léonne Meijs**  
[www.aago.nl](http://www.aago.nl)



# BEN JIJ NIEUWSGIERIG NAAR HET AANBOD VAN DE PRAKTIJKEN IN UDEN EN OMGEVING?

## DAN IS DE OPEN PRAKTIJKDAG UDEN ECHT IETS VOOR JOU!



Op zondag 14 april tussen 11:00 en 15:00 uur zetten alle 21 deelnemende praktijken hun deuren open, zodat je op een laagdrempelige en kosteloze manier kan komen ervaren en kennis kunt maken!

In deze OPU-flyer maak je kennis met alle praktijken en in de timetable kan je kiezen waar je aan deel wilt nemen of kun je zien wanneer je binnen kunt komen lopen.

Schrijf zondag 14 april 2024 dus alvast in je agenda, zodat jij jouw praktijken waar je nieuwsgierig naar bent, kunt komen bezoeken!



# OPEN PRAKTIJKDAG UDEN



## [WWW.OPENPRAKTIJKDAGUDEN.NL](http://WWW.OPENPRAKTIJKDAGUDEN.NL)

Portretten van deelnemers zijn gemaakt door: Doris Rolfes Fotografie