**ROOTZ**

Leven vanuit je oorsprong



Ssst....

De natuur is in winterslaap. Ze rust uit, wacht af en bouwt weer krachten op voor de volgende cyclus. Het zou ons goed doen in deze periode veel meer te reflecteren, bezinnen en vertragen. Helaas doen we vaak precies het tegenovergestelde. We verliezen ons in de feestdrukte en allerlei naar buiten gerichte activiteiten en zijn drukker dan ooit. Kerstkadootjes kopen voor het hele gezin, familieruzies maken over kerstdiners, naar bedrijfsborrels gaan, oud en nieuw feestje organiseren, je herkent het misschien wel. Toch is het belangrijk om eens stil te staan bij de gebeurtenissen van het afgelopen jaar en de wijze lessen te accepteren die het je gebracht heeft. Sta eens stil bij wie jij bent en wat er echt toe doet. Wat wil je achter je laten en wat wil je meenemen naar het komende jaar om te laten groeien.

Ondanks dat de natuur in de winter tot stilstand lijkt te zijn gekomen, leeft alles in de aarde gewoon door en bereidt zich stil voor op de komst van de lente. Hoe meer je naar binnen keert en dus het ritme van de natuur volgt, hoe beter jij je kunt voorbereiden op het komende jaar. Een nieuw jaar voor hernieuwde energie!

In verbinding

Op 14 januari 2023 gaat het dan echt gebeuren! De start van het groepstraject 'In verbinding'. Een uniek traject in een klein groepje van 4 - 6 geadopteerden die samen een aantal thema's gaan onderzoeken. Omdat de groep zo klein is, is er veel aandacht voor het individuele proces.



Naast de inspirerende middagen krijg je er ook een uniek inspiratieboek bij en een fantastische ontspanningsmassage van Yaomi de Lange!

Kijk voor meer informatie op de website en schrijf je snel in! Er staan al een aantal deelnemers te trappelen om jou te ontmoeten!

[Groepstraject 'In Verbinding'](#)

Feestdagen met een zwart randje



December is de maand waarin we Sinterklaas, Kerstmis en oudjaar vieren. Een echte feestmaand dus, waarin het samenzijn met familie een belangrijke rol speelt. Kadootjes uitpakken, heerlijke feestmaaltijden en het nieuwe jaar inluiden met familie en vrienden. Dat klinkt natuurlijk fantastisch maar voor sommige geadopteerden is dit niet de mooiste tijd van het jaar.

Gelukkig zijn er geadopteerden die hun weg naar huis hebben gevonden, maar het overgrote deel is nog steeds zoekende naar een warme hereniging met hun biologische familie. Daarom kan deze periode heel eenzaam voor hen zijn. De meesten hebben al op jonge leeftijd hun familie, land en cultuur moeten achterlaten en gaan met pijn in hun hart een feestmaand tegemoet, waarin zij opnieuw niet bij hun familie kunnen zijn.

Vaak voelen ze zich schuldig of bevinden ze zich in een loyaliteitsconflict want ze zijn in een liefdevol, warm adoptiegezin terechtgekomen. Toch blijft het verlangen naar 'thuis' bestaan en rouwen zij in stilte over datgene wat ze zijn kwijtgeraakt.

Sla daarom juist deze maand een arm om een geadopteerde heen en laat merken dat hij of zij er mag zijn, met al het verdriet en pijn.

Geadopteerden die de feestdagen lastig vinden, zou ik willen uitnodigen steun te zoeken. Dat kan bij familie, vrienden of op social media in b.v. besloten adoptiegroepen zijn. En uiteraard sta ik ook voor jullie klaar!



Vergoedingen 2023

Psychosociale therapie valt in 2023 nog steeds onder de aanvullende verzekering. Dat betekent dat het individuele traject 'De reis naar je oorsprong' en de losse sessies in aanmerking komen voor vergoeding mits je aanvullend verzekerd bent. Het groepstraject wordt niet vergoed.

De hoogte van de vergoeding is verschillend per zorgverzekeraar en hangt af van de polis die je hebt afgesloten.

Een overzicht van zorgverzekeraars die FAGT-leden vergoeden kun je hieronder vinden.

FAGT is de beroepsvereniging waar Praktijk Rootz bij aangesloten is.

[Overzicht vergoedingen](#)

gratis e-book

Jezelf helemaal accepteren zoals je bent en een positief zelfbeeld ontwikkelen is voor veel mensen al een hele opgave, maar voor jou, als geadopteerde, kan dat extra lastig zijn. Zeg nee tegen het innerlijk stemmetje dat zegt dat je niets waard bent of niets kunt. Aanvaard jezelf zoals je bent, denk positiever en focus je op jouw unieke kwaliteiten.

Download nu mijn gratis e-book met 12 tips voor een positiever zelfbeeld bij adoptie en word meer jezelf!

[Klik hier](#)

RootzTalk

De nieuwe naam voor de ontmoetingsavond voor volwassen geadopteerden is RootzTalk.

Jhonathan, één van de deelnemers aan de vorige avond, heeft deze bedacht waarvoor enorm veel dank! Een geweldige naam die heel veel zegt over de inhoud van de avond: bijeenkomen in Praktijk Rootz en ervaringen delen over onze roots met lotgenoten.



De volgende avond staat gepland op vrijdag 20 januari om 19.00 uur.

Schrijf je snel in. De eerste aanmeldingen zijn al binnen!

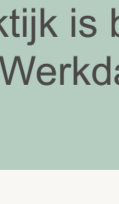
Voor meer informatie over deze gratis avond en inschrijven klik op onderstaande knop.

[info en aanmelden RootzTalk](#)

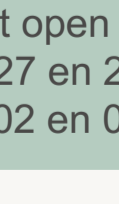
De praktijk is beperkt open in de kerstvakantie.

Werkdagen: 27 en 28 december

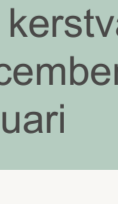
02 en 04 januari



Facebook



Praktijk Rootz



LinkedIn

Praktijk Rootz

Zoomweg 55

6006 TW Weert

Tips of vragen? Ik hoor het graag.

Tel: 06 46098329

info@praktijkrootz.nl



Deze e-mail is verstuurd aan [{{email}}](#). • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#). • U kunt ook uw [gegevens inzien](#) en [wijzigen](#). • Voor een goede ontvangst voegt u info@praktijkrootz.nl toe aan uw adresboek.

