

Nieuwsbericht februari 24

Stress voorkomen & Save the date: Nationale Opruimweek

VIA **R**OSA

Samen loskomen
van de cirkel van
rommel, stress en
haast.



Hallo, leuk dat je deze nieuwsbrief voor opruimgekken leest!

En, lekkere vakantie (gehad)? Zelf heb ik doorgewerkt, maar ook wat extra ruimte genomen voor ontspanning, door met Mark, Janna en Nora wat tijd door te brengen op de Veluwe, heerlijk! Maar hoe zorg je voor voldoende ontspanning buiten vrije dagen en vakantie om? Ik deel mijn tips in mijn blog, zodat ook jij stress kunt vermijden.

Afgelopen week heb ik dus niet stilgezeten. De avonden waren rustig, dus besloot ik onze trap van een laag beits te voorzien - veel werk, maar het resultaat mag er zijn! En overdag heb ik met klanten bergingen, boeken, handwerken, knutselspullen en spelletjes uitgezocht en opgeruimd. Sommigen waren nieuwe klanten, anderen bekende gezichten. Tijdens het afronden van een van deze opruimprocessen kreeg ik prachtige feedback die ik graag met je deel. Ze vertelde dat ze voordat we begonnen vastliep, maar nu weer rust ervaart. Dit motiveert mij enorm.

Vandaag heb ik voor jou:

- 5 tips om stress te voorkomen
- Rosannes doordachte opruimoutfit
- Van vastlopen naar rust in je hoofd
- [Stuur je vraag voor de Opruimweek 25-29 maart](#): deel nu al je opruimvragen. Ik sta klaar met specifieke tips en advies.



Goed weekend!

Met opgeruimde groet,
Rosanne



Laat me je meenemen in mijn
dagelijkse praktijken en verminder
stress met deze 5 toepasbare tips.

[Lees blog](#)



Voor opruimsessies kies ik bewust
comfortabele kleding en een horloge.
Klaar om aan de slag te gaan!

[Meer...](#)



Mooie afsluiting van ons opruimproces. Trots op de positieve verandering die we bereikten!

Reviews



Stuur je vraag voor de opruimweek in via e-mail of de link. Ik kijk ernaar uit je te helpen en te inspireren!

Reageer

Tips gedownload? Opruimsessie(s) met mij gehad? Workshop gevolgd of nieuwsbrief gelezen? Laat me weten wat je ervan vond! Door een review via Google achter te laten, of - als je liever anoniem blijft - via dit online-formulier.

Alvast bedankt, zo help je mij mijn dienstverlening te verbeteren.

Review

Ken je iemand die geen opruimtip mag missen? Stuur dit bericht gerust naar hem of haar door.



Deel



Stuur
door



Wil je deze nieuwsbrief niet ontvangen? Laat het me weten door dit bericht te beantwoorden of door te mailen naar info@viarosa.eu.