



### **Gezondheidsklachten door straling - Jolanda van Dam**

In Gezondheidsklachten door straling geeft Jolanda van Dam inzicht in een leven met stralingsgevoeligheid, ofwel elektrohypersensitiviteit (EHS). Een relatief nieuwe aandoening, die wordt veroorzaakt door elektromagnetische straling. Hieraan staan we allemaal bloot door onze mobiele telefoons, Wi-Fi, zendmasten enzovoort. Wat doet straling met je als je er gevoelig voor bent? Wat zijn de fysieke klachten? Welke impact heeft het op je maatschappelijke, sociale en mentale leven? Is er iets tegen te doen? Hoe gaat onze overheid hier mee om? Hoe doen andere landen dat? Wat zegt de wetenschap over dit onderwerp. Wat zijn de langetermijneffecten? In dit boek vind je vele antwoorden, maar niet alle. Want naar de langetermijneffecten van deze nieuwe ontwikkelingen kunnen we alleen maar raden, op basis van de huidige wetenschap. Moge dit boek een eyeopener zijn.

Uitgeverij AnkhHermes, ISBN 9789020214741, 160 pagina's  
Prijs: € 17,50

---



### **In 10 stappen uit je burn-out – Laurina Fenenga**

Het boek is een praktisch handboek dat jou stap voor stap uit jouw burn-out leidt ondersteund met theorie. Ook voor mensen die op weg zijn naar een burn-out is het boek zinvol om te lezen. Voor mensen zoals ik die sensitief zijn en vanaf kleins af aan overleefstrategieën hebben opgebouwd vanuit gezin van herkomst, als Kind geen goede hechting hebben ervaren met hun moeder, bepaalde karaktereigenschappen bezitten en maskergedrag hebben ontwikkeld om zich staande te houden in het leven, is de kans om in een burn-out te geraken vele malen groter.

Paris Books, ISBN: 9789492179807, 104 pagina's  
Prijs: € 18,95

---



### **Rake Vragen – Siets Bakker** ***Breng beweging in situaties die vastzitten***

Rake Vragen zijn vragen die beweging brengen. De vraag maakt namelijk iets los wat vast zat. Vaak weet je niet eens dat er iets vast zat of waar het precies in zit. Achteraf merk je wel het verschil: je voelt je opgelucht, je krijgt dingen makkelijker gedaan en alles lijkt weer te stromen. Door het stellen van Rake Vragen komt er beweging in situaties die vastzitten. In werk en privé. Bij jezelf of anderen. Stap voor stap leer je in dit boek hoe je dat doet, Rake Vragen stellen. Je krijgt kant-en-klare Rake Vragen. Je leert ook hoe je zelf je eigen Rake vragen kunt formuleren. En hoe je de vraag zó kunt stellen dat het raak is.

Uitgeverij Het Noorderlicht, ISBN 9789492331465, 208 blz.  
Prijs: € 21,50

---



### **Kristalboodschappers – Christel van Asten**

Deze prachtige set beschrijft 55 kristallen die aardend, beschermend en vitaliserend werken. De mooie kaarten en diepgaande beschrijvingen nemen je mee op ontdekkingsreis door de wonderlijke minerale wereld. Laat je betoveren door de kracht van kristallen en geniet van alles wat ze je bieden hebben! Zie ook artikel: 'Het Nieuwe Leven' op blz. 22.

Uitgeverij GVMedia; ISBN: 9789055993413  
Prijs: € 21,95

---



### **Core Light Healing – Barbara Brennan** ***Je blokkades helen en je creatieve energie bevrijden***

“Core Light Healing is een fascinerend boek voor iedereen die de uitwerking van energie op je mentale, fysieke en spirituele gezondheid wil begrijpen, en zichzelf wil bevrijden van destructieve patronen en verdrongen trauma’s die een optimaal leven in de weg staan.” In Core Light Healing, Healing en creatie vanuit je innerlijke kracht beschrijf ik hoe je het leven waarnaar je verlangt, kunt creëren door je creatieve levensenergie die vanuit je core-essentie in de kern van je bestaan oprijst, te leren begrijpen, te helen, bevrijden en benutten. Om dit te doen moet je de dieperliggende delen van je wezen leren herkennen en je ermee vertrouwd maken. Het gaat hierbij zowel om je innerlijke goedheid als je innerlijke duisternis. Om je creatieve core-energie te bevrijden moet je je zielsverlangen, de diepere bron van licht, liefde en leven in jou, leren eerbiedigen. Deze bron van creativiteit in jou is veel krachtiger dan je kunt bedenken. Je leven zal voorgoed veranderen als je haar leert accepteren en je met haar verbindt. Ieder levend schepsel op de aarde – en waarschijnlijk overal elders in het universum – heeft een innerlijk core-light Of core-essentie, uniek voor ieder schepsel.

Samsara Uitgevers, ISBN: 978 94 9141 180 9  
Introductieprijs 24,90 / daarna 29,90

---



### **Zelfcompassie voor je kids – David Dewulf**

Zelfcompassie kan ook kinderen helpen om veerkrachtiger en gelukkiger in het leven te staan. In dit boekje maakt David Dewulf hen op een speelse manier, met 3 kabouters en Julie een meisje van 8 jaar, vertrouwd met mindfulness, zelfcompassie en de basisprincipes van geweldloze communicatie. Kabouter Pol de Trol staat voor wijsheid, Grommy voor de innerlijke criticus en Hartenlief voor de compassievolle zelf. Op de cd vind je voor elke kabouter een liedje en verder nog 4 meditaties: rust, liefde, troost en slaap. De verhalen in het boek leren kinderen hoe ze mild kunnen zijn voor zichzelf, beter kunnen omgaan met hun innerlijke criticus, zelfvertrouwen kunnen versterken en ruimte kunnen geven aan positieve emoties als moed, empathie en vergevingsgezindheid.

---



### **Sensitieve kinderen – Cornel van Noppen** ***gedichtenbundel***

De gedichtenbundel “Sensitieve kinderen, gewoon anders” gaat over de emoties van gevoelige kinderen. Waar ze tegen aan lopen, mee worstelen, hun verdriet en hun eenzaamheid. Er voor je gevoel niet bij horen. Door niemand begrepen. Jezelf niet durven zijn. De impact van hooggevoeligheid wordt duidelijk als je de gedichten leest en ze begrijpt. Voor een groot deel is het overprikkeling waar deze kinderen mee worstelen, door de vele gedachten in hun hoofd, door geluiden, door alles wat ze van anderen overnemen, alle emoties van andere kinderen in de klas, alles voel je. Ook het verdriet van anderen. Het willen vluchten voor deze gevoelens in spelletjes op de Ipad, in series kijken, in alles waardoor je niet bij je eigen gevoel hoeft te komen. Niet de confrontatie met jezelf. Dat kun je niet aan. Gelukkig zijn in de stilte, de natuur.

ISBN: 9789080958319, 52 pagina’s,  
Prijs: € 10.00 euro incl. verzendkosten  
bestellen bij: [www.cornelvannoppen.nl](http://www.cornelvannoppen.nl)

---

### **Gepest**

gepest omdat ik anders ben  
omdat ik anders reageer  
omdat ik dingen  
anders zie dan zij  
omdat ik uitga  
van het goede  
ik ben te naïef  
niet assertief  
maar niemand ziet  
mijn verdriet  
als ik op het  
schoolplein loop  
ik lach en doe alsof  
maar 's avonds  
in mijn bed  
mijn hoofd verstop  
onder de dekens  
huil ik om alles  
want niemand die ziet  
dat ik het niet meer redt