

Nieuwsbrief Time2Flower

4 juli 2026



Lieve jij,

Het zijn de laatste weken voor de zomervakantie. De afgelopen week vielen er wat dingen op hun plek. Een tijd lang voelde ik het al, dat de energie mijn kant op kwam, dat dingen zouden gaan gebeuren. Natuurlijk was er ook een dip(je). Daar leren we tenslotte het meeste van 😊. Daarnaast nog de verjaardag van mijn dochters waarvan de jongste groep 8 verlaat. Hoe sluiten jullie de weken af zo voor de vakantie?



Links op de schommel in het bos na een drumsessie waar ik mocht spaceholden en meedrummen. Rechts samen terugrijden met Bernadette in haar camper.

Terugblik & dipje

De (ongepande) trend van een paar daagjes erop uit elke maand, werd ook deze keer voortgezet bij vrouwenfestival [Inanna](#), op het landgoed Ottermeer. Aanrader! Het was niet alleen chillen, ik had er een rol als spaceholder. Het was heel fijn, maar ergens ben ik vet over mijn grens gegaan en zakte ik in een dip bij thuiskomst. “Zo voelen mensen met een burn-out zich vast”, dacht ik, terwijl ik voor de zoveelste keer moest huilen. Ook mijn eczeem bereikte een piek, en dat was uiteindelijk de reden om echt voor mijzelf te zorgen, en publiek (online) om help te vragen. Ik ben zo blij dat ik dat gedaan heb! Veel lieve reacties en hulp. Het was de hoogste tijd voor zelfzorg. En rust. Het voelt natuurlijk wel een beetje met de billen bloot. Want moet het mij, degene die anderen hulp biedt, niet altijd goed gaan? Gelukkig mag ik ook gewoon mens zijn.

Verder (co-)creërde ik in juni nog een mooie Herinnering van de seizoenen en twee keer de Ondernemers Fanclub – beiden met [Bernadette](#) . Zeer fijn, en na de zomervakantie gaan deze dus weer verder! Heb jij al je tickets gekocht? Ook was er een (macro) plantmedicijn reis voor twee stoere vrouwen. Vrouwen die het aandurfd! En eentje is bezig met een micro-dosering traject. Wil je meer weten? Stuur gerust een [berichtje](#). Ook werd mijn praktijk ruimte door klusser Jurgen opgeleverd en ben ik zelf aan de slag gegaan. Nu al heerlijk, de energie die daar hangt. Ook bezocht ik een vrouwen evenement Dare to Lead van Future by Diversity ; of wij vrouwen al voldoende de leiding nemen? In onze kleine praatgroep bleek dat ieder van de vrouwen nog kiest voor de lieve vrede, in plaats van voor onszelf, wat juist het geheel tekort doet. Kunnen we dit patroon doorbreken?

OPROEP: ik ben benaderd om een opstelling te organiseren voor een jonge vrouw en ze doet dit graag met andere **vrouwen** **<= 25 jaar**. Ik heb al 4 vrouwen gevonden en zoek er nog 2-3. Ben jij of ken jij er een, die eens wil proberen? [Mail](#) of bel (06-52416633) mij aub! Omgeving Rosmalen, kosten 90 euro voor een vraagsteller en 20 voor een representant. Datum in overleg.



Links: Het nieuwe toilet in mijn praktijkruimte. Rechts: mijn eigen laatste opstelling voor mijn voeten – conflict.

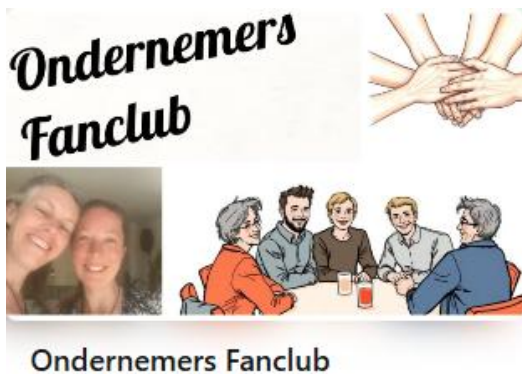
NU...

De afgelopen week werd ik behandeld door iemand met een Traditionele Chinese Geneeskunde opleiding (TCG) en zijn constatering was dat o.a. mijn yin te laag is voor mijn yang. Of ik wel eens ECHT rustte? En mijn energie echt voor mijzelf gebruikte? “Is het dan nog niet goed genoeg?” dacht ik. Een oud thema 🧘 en het maakte vooral duidelijk hoe ver ik over mijn grens gegaan was. Ook een opstelling – voor mijn voeten - liet mij zien dat ik veel met conflict heb geleefd, zowel tussen mensen als in mensen om mij heen, en dat het nu tijd is om dit echt los te laten. Ik kan hulp bieden en bruggen bouwen voor mensen (zie plaatje hierboven rechts) naar een beter leven, maar het is aan een ieder zelf om de hulp aan te nemen en de stappen vooruit te nemen. Dit was een mooie wake-up call en een week met mooie gesprekken en potentiële

samenwerkingen. En ook wat huilen, wat ik al op Insta kort deelde: in diverse gesprekken stelde ik een simpele vraag aan de ander nadat ik een verhaal aanhoorde: “maar hoe voél je je?” waarna de ander moest huilen. Kijk ook eens goed naar wat er onder een verhaal leeft, en vraag eens door 🙋

de toekomst..

Er komt meer aan, nog niet alles is gepland. Maar wat er al in de agenda staat zie je hieronder en op [Hipsy](#):



Ondernemers Fanclub, ondernemen vanuit overvloed. Samen verbinden en oefenen van een overvloed mindset. Doe je mee?

- [24 augustus](#)
- [14 september](#)
- [5 oktober](#)



Leven met de seizoenen en haar krachten. Samen met cacao en muziek een reis naar binnen. Welk seizoen is jouw favoriet, en waarom?

- [27 augustus](#)
- [24 september](#)
- [15 oktober](#)

En verder komt er ook een mooie dag aan op 14 oktober bij de Verbindende Factor in Nuenen. Dit is een nieuwe co-creatie met Brigitte Peeters van [BrightInside](#). Hint: wij laten ons inspireren door de ‘Australische Dot-art’ en gaan onze persoonlijk ‘tijdlijn’ *uitstippelen*... Hieronder een voorbeeld. Ben je benieuwd naar jouw tijdlijn? Loop mee! Heb je interesse, laat het vast weten.



Mijn focus

Ik heb steeds duidelijker waar ik op mag focussen. Dat betekent niet dat ik de rest niet meer doe, maar dat ik over de basis meer ga communiceren, verhalen over ga schrijven. Duidelijker uitwerken. Dit is mijn heilig 3-eenheid 🌻

- 1) **Muziek.** Intuïtief muziek maken, zingen, klanken, dat blijft elke keer terugkomen in mijn leven. Altijd biedt het een verdiepende laag bovenop iets wat ik doe, wat iemand mag voelen. Bij alles wat ik organiseer komt dit dus terug. Bij een opstelling, een ceremonie, bij een Reiki behandeling, bij een energetische stoel sessie, etc. Soms schrijf ik ook een lied over een onderwerp.



- 2) **Opstellingen werk.** In de breedste zin van het woord. Je kunt namelijk ALLES systemisch bekijken. Het is SUPER krachtig en snel, en gewoon magisch wat het veld laat zien. Hoe we allemaal verbonden zijn met elkaar.



Ik zal weer wat dingen online zetten (<https://hipsy.nl/time2flower>) of neem contact op. 1-1 kan, in groepen kan, online kan. En ook zal ik meer in de natuur doen als het weer het toe laat. Heb je dit nog nooit gedaan en wil je eens proberen? Tot eind augustus kan je een **online 1-1 opstelling boeken voor 75 euro**. [Mail](#) en ik bel je terug om een afspraak te maken. Ook leen ik mijzelf graag uit om representant zijn, want dat is ook heerlijk en leerzaam! Dus heb je een plekje, ping me even 💖.

- 3) **Natuur.** Wij zijn natuur. En sinds de geboorte van mijn kinderen zoek ik al naar de natuurlijke manier van alles wat we doen. Kinderen krijgen, (op)voeden, eten, maar ook onze cyclus en waarom dragen we eigenlijk schoenen en kleding. Hoe leef je met de seizoenen mee? Hoe werkt energie? Kortom: ik laat me inspireren door de natuur en vraag ook om hulp - of dat nou een boom is of een spirit/voorouder/kracht dier. Bij mijn evenementen zie je bijv zelf gemaakte thee, werken met de seizoenen en natuurlijk plantmedicijn reizen 🍀



Wil je meer weten over mij of mijn reis tot nu toe en wat ik voor je kan betekenen? Beluister 1 van mijn podcasts – op [deze playlist](#) staan ze allemaal. Op mijn [youtube kanaal](#) bekeek ik net dit oudere filmpje en al zeg ik het zelf: wat kan ik toch enthousiast zijn!



Being your unlimited self. Embracing your own wisdom.

Time2Flower algemeen

- [Hipsy Time2Flower](#) voor geplande events
- Voor inspiratie volg [Instagram.com/time2flower](#) of [FaceBook](#).
- Ook op mijn [LinkedIn](#) profiel zijn diverse inspiratie en informatie posts te vinden

Thema 2026: vrij zijn, muziek en magie.

Ik ben een grote reis aan het maken in muziek en klank en stembevrijding. Zoek jij nog iemand die een ceremonie bij jou thuis verzorgt inclusief muziek? Je kunt mij boeken 🙏🎵

Natuurlijk zijn ook 1-1 sessies gewoon te boeken. Ook buiten! Ook sessies met de energetische stoel of een plantmedicijn reis (micro en macro). Neem contact op via info@time2flower.com om iets in te plannen of meer informatie. Super jou te ont-moeten 🌸.

Transformatie trajecten:

Drie trajecten:

- **Ontwaken** - 6 sessies van 2u in 3 maanden voor €1.440.
- **Groeien** — 8 sessies van 2u + app-begeleiding in 4 maanden voor €2.150.
- **Bloeien** — 10 sessies van 2u + app-begeleiding + maandelijkse check-in + afsluitdocument in 6 maanden voor €3.350. 28u.

Wat cliënten meenemen:

- Direct naar de oorsprong van waar je op vastloopt. Dat geeft direct lucht en ruimte.
- Begrijpen hoe (jouw) bewustzijn werkt, waardoor je jezelf beter kent en minder in je hoofd zit.
- Lichter, rustiger en optimistischer door het leven, omdat er iets fundamenteels verschoven is.
- Inzicht hoe patronen in je relaties altijd beginnen bij jezelf en dat je daar alles aan kunt veranderen.

Lees mijn blogs eens op mijn [website](#) en laat me weten als ik iets voor jou kan betekenen.



Ik wens jou veel vrijheid en magie.

Heel veel liefs en tot snel! ❤️

Stieneke

"Ik begeleid hoogbegaafde professionals die te veel in hun hoofd zitten, snel gestressed raken of somber door het leven gaan — naar de kern van wat er écht speelt. De oorzaak. Want als je dáár iets verandert, verandert alles. In 3 tot 6 maanden."

PS: inspireert deze nieuwsbrief jou? Stuur hem door.

Subscriben? Email info@time2flower.com met "subscriben".