



HET LEVENSATELIER

Hebt u een PGB? Informeer naar de mogelijkheden

Coaching

(Er is beweging nodig om jezelf te ontwikkelen)

Tijdens de coachsessies gaan we samen op zoek vanuit het hier en nu naar welke beweging jij nodig hebt, om daar te komen waar jij wil 'zijn'.

Een verbinding met jezelf is dan noodzakelijk.

Vanuit respect voor jou en op een Mindfulness-Based methode van coachen, loop ik met je mee opzoek naar verbinding met jouzelf om van daaruit samen naar jouw coachvragen te kijken.

Door de inzet van diverse interventies waaronder: zelfonderzoek, meditatie, spiegelen van wat ik zie en ervaar, schrijfopdrachten en creatieve werkvormen gaan we doelgericht opzoek naar de mogelijke inzichten en bewustwordingen om jou op weg te helpen met jou coachvraag.

Over het algemeen ga ik uit van 4 tot 6 sessies van gemiddeld een uur.

Mogelijke zaken waar jij tegenaan loopt:

- Jezelf zijn, in je kracht staan
- De balans tussen ruimte voor jezelf en ruimte voor anderen
- De balans tussen privé en werk
- Je eigen (levens)doelen bepalen en realiseren
- Lekkerder in je vel zitten

Wees welkom voor een vrijblijvende (gratis) intake.

Duur van een coachsessie:

60 minuten

Kosten:

€ 75,00 per keer.

Voor meer info of aanmelding kun je contact opnemen met:

Marijn Scharten

06 36170076

marijn@hetlevensatelier.nl

Het Levensatelier

Burgemeester Wijnenstraat 9

5721 AG Asten

0493 670251

info@hetlevensatelier.nl

www.hetlevensatelier.nl



Bent u verhinderd? Meld u uiterlijk 24 uur van te voren af. We zijn anders genoodzaakt de kosten te berekenen