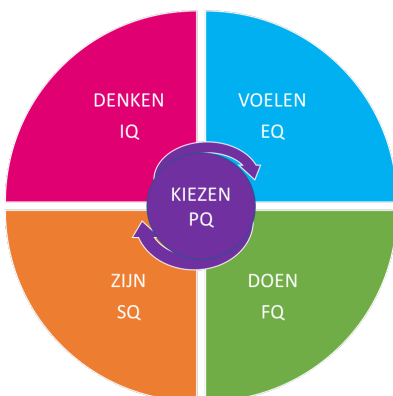




Gezondheidsbeurs

Met vitaliteit leefstijl coaches op de beurs

Uw voeding is uw
geneesmiddel, uw
geneesmiddel uw voeding. -
Hippocrates



Het was een succes om voor de eerste keer op de Gezondheidsbeurs te staan. We hebben heel veel mensen gesproken. Een terugblik op de beurs staat op onze website.

De meest voorkomende vraag was: 'Wat is integrale Vitaliteit en Leefstijl?' Met integrale Vitaliteit en Leefstijl kijk je naar jezelf als persoon in zijn geheel. Wie ben je? Wat zijn helpende gedachtes? Wat zijn je kwaliteiten en competenties, waar ligt jouw potentieel? Hoe ervaar je sociale contacten? Hoe ga om met negatieve woorden? Waar zitten je angsten? Hoe voel je je als je opstaat? Wat eet je op een dag? Wat en hoeveel drink je op een dag? Hoe voel je je aan het einde van de dag? Heb je werk waar je blij van wordt? Hoe ervaar je je slaapgedrag? Wat doe je aan ontspanning en inspanning? Waar zit je motivatie, prioriteiten en wensen in? Zo kun je nog wel honderd vragen meer verzinnen, ieder heeft zijn eigen thema. Integrale vitaliteit en Leefstijl gaat dus verder dan alleen voeding en beweging.

Het gaat om de volgende vijf gebieden; hoe is het met jou fysiek, emotioneel, spiritueel, intellectueel en pro activiteit.

Vitaliteitscheck

Is gewonnen door mevr. van Egmond



Als je altijd blijft doen wat je gedaan hebt, zul je altijd krijgen

Wat heeft dat met gezondheid te maken?

Als je goed voor jezelf zorgt op deze gebieden, dan ben je preventief aan het werken aan je gezondheid en heb je plezier in wat je doet. Jouw lichaam vertelt je hoe het met je gaat, op alle vlakken. Het zijn de kleine klachten die je weg wijzen. Durft te vertrouwen op de signalen die jouw lijf geeft en pak die signalen op.

Open de deur en neem de eerste stap op je pad

Je hoort het vaak, sluit die ene deur en je kan anderen openen.

Als je een andere deur opent dan kun je pas zien wat erachter die deur zit. En soms is de weg dan nog steeds onzeker. Het goede nieuws is, je hoeft het niet alleen te doen! Hoe mooi is dat!

Talent2Share

Samenwerking op het gebied van
vitaliteit en leefstijl

We bieden alles rondom
persoonlijke ontwikkeling.

www.VitaliteitenLeefstijlcoaching.nl

Vitaliteit en Leefstijl coaching

De vitaliteit en leefstijl coaches leren jou inzicht te geven wie je bent en hoe je dat kunt waarderen, zodat je jouw mogelijkheden nog beter kan benutten. Door vitaliteit en leefstijl coaching zorg je goed voor jezelf en word je nog interessanter voor jouw omgeving. Je zal zien dat je nog succesvoller bent.

Talent2Share werkt graag samen, voor mij, de gelegenheid om talent te delen, om meerwaarde te bieden.

We worden benaderd voor integrale vitaliteit en leefstijl, leven- en loopbaanvraagstukken, persoonlijke doelstellingen, voor vitaliteit op het werk, business coaching en trainingen.

Op die manier bieden we alles rondom de persoonlijke ontwikkeling van de mens in zijn totaliteit; we zijn inzetbaar voor zowel particulieren als voor organisaties.

Ontmoet de coaches

Integrale vitaliteit en leefstijl www.vitaliteitenleefstijl.nl



Annemiek de Meulmeester, ervaren coach, zij leert mensen inzicht geven in wie ze zijn, hoe ze dat kunnen accepteren zodat ze nog beter van hun mogelijkheden en potentieel gebruik kunnen maken. Ze geeft je de regie op jouw leven, focus en keuzes maken die passen bij jouw doelen. Luisteren, doorvragen, soms confronterend en spiegelt je en laat je ervaren en voelen. Daar waar nodig creatief meedenken. Je krijgt stap voor stap meer toegang tot thema's als schoonheid, wijsheid, rijkdom, vrijheid, vertrouwen, vreugde, Licht en Liefde. Talenten creëer je niet, maar benut je en respecteer je en verdiep je. - Talent2Share, Den Haag



Pien van Thiel een gedreven en ervaren trainer coach. Ze is enthousiast, bevlogen, persoonlijk, energiek, heeft humor, kan snel schakelen, werkt met respect voor de ander, neemt je mee in je veranderprocessen, geeft je inzicht in zelfsturing en het nemen van je verantwoordelijkheden, werkt met daadkracht en empathie, stelt reële doelen, durft je een spiegel voor te houden, laat je ontwikkelen en geeft je zelfvertrouwen. Ze heeft zowel aandacht voor je werksituatie als voor je privé situatie. De bekende balans hiertussen. Zij is pas tevreden als het goed met jou gaat! Pien van Thiel, Eindhoven.



Sheila van Vleuten, geloof dat kleine veranderingen leiden naar grote positieve gevolgen. Ze staat voor een integrale aanpak, empatisch en analytisch waar nodig en benoemt wat ze ervaart en ziet. Ze geeft geen kant en klaar respect, maar luistert wat jij zelf wilt en sluit hierbij aan en geeft je wat het beste bij je past. Altijd met aandacht voor wie je bent als mens. Zo ontdek je positieve punten van jezelf, wat bij je past en waar je energie van krijgt. Je ontdekt je eigen levensrecept en ritme en maakt keuze of je dingen wilt aanpassen voor en nog vitaler leven. Coaches ervaren haar als betrouwbaar, opgewekt en met aandacht gericht op het helpen bereiken van persoonlijke doelen. Waar begin jij? Sheila heet je welkom en kijkt ernaar uit je te ontmoeten met een open blik. She- Oosterhout

Aanbieding

Een gezond cadeautje met beperkte houdbaarheid



Ons lichaam is complex en geeft op diverse momenten signalen aan ons af, die vele van ons niet meer opvangen. Wellicht herken je wel enkele situaties.

Je bent vaak moe, hebt niet meer de energie van een aantal jaren terug, sporten wilde wel maar vaak schiet het erbij in of ben je te moe, je wilt wel in beweging komen ,maar je doet het niet, je weet eigenlijk niet meer wat nu goede voeding is voor je lichaam en wat niet. Je weet niet zo goed hoe dit om te buigen, je bent (ongemerkt) aangekomen onjuist afgevallen.

Wil jij jezelf weer back on track zetten op een integrale wijze met behulp van een ervaren coach? Wil je meer energie hebben? Wil jij begeleiding zodat je het daarna alleen kunt doen?

We werken met concrete doelen en doen een algemene lichaamsbouw meting en werken met het Mark Model van Mark Academy voor leefstijl en alle andere technieken die in onze rugzak zitten. Tijdens het gesprek besluit je welke stappen u kunt ondernemen.

Wij kijken naar je uit!

Dit is het begin naar een nog mooiere cadeautje voor jezelf!



Ben je geïnteresseerd neem dan contact op. Start nu met de Leefstijl en Voedingsanalyse van 120 Euro voor 80 Euro per persoon

De gesprekken duren ongeveer 1,5 uur. Coach locaties: Den Haag, Zoetermeer, Eindhoven en Oosterhout

Geldig tot 31 mei 2018

Dit is het begin naar een nog mooier cadeautje voor jezelf!

Contactgegevens

Wil je meer weten, heb je vragen of suggesties laat het dan weten!

TalentzShare is de initiatiefnemer geweest om op de beurs te staan en de samenwerking aan te gaan. De website van VitaliteitenLeefstijlcoaching.nl is nog niet gereed. Tot die tijd wordt je automatisch doorgeslikt naar TalentzShare. Je kan altijd contact opnemen voor een van de andere coaches. Ik verbind je graag vrijblijvend door.

TalentzShare | Zandberglaan 15 | 2493 BH Den Haag
Annemiek de Meulmeester 06 1563 4393 |
welkom@vitaliteitenleefstijlcoaching.nl