

Nieuwsbrief

Shining Life



HEEL JEZELF VAN BINNENUIT EN BOOST JE GEZONDHEID !

Inzichten krijgen hoe je BEWUST en ONBEWUST je gezondheid en zelfhelend vermogen beïnvloedt.

We gaan op alle vier niveaus werken :
mentaal, emotioneel, energetisch en fysiek!

Dit is een totale aanpak zodat er blijvende veranderingen kunnen plaatsvinden.

Nieuwe workshop

- weg naar wie jij 'echt' bent
- samen gaan we op pad om te ontdekken wat jij nodig hebt om helemaal in je kracht te komen
- weer bij je "mooie kern" komen
- leven van "binnen" naar 'buiten'
- leven in flow met je 'eigen natuur'
- éénheid en rust ervaren in jezelf
- meer bij je gevoel komen
- echte verbinding ervaren met jezelf en met anderen
- leven op HARTSNIVEAU
- zodat er echte 'HEALING' kan plaatsvinden

Andere aanpak van chronische stress, chronische pijnen, chronisch vermoeidheidssyndroom, fibromyalgie,...

Leren omgaan met hooggevoeligheid.

Voor iedereen die innerlijke kracht en innerlijke rust wil ervaren.

Heb je zin om samen op pad te gaan en je gezondheid een boost te geven, dan is dit krachtig traject zeker iets voor jou.

We gaan heel praktisch werken / ervaren / voelen zodat je het direct kan toepassen in je leven.

Jouw aandeel : openstaan voor persoonlijke groei,
openstaan voor nieuwe dingen
en zin om ermee aan de slag te gaan

Mijn aandeel : persoonlijke begeleiding tijdens het hele
traject en mijn enthousiasme, passie
en jarenlange ervaring

Algemene informatie :

De workshop is op zaterdagochtend en start om
9.00 uur tot ongeveer 11.30 uur (in mijn praktijk).

Data : 23/9 – 7/10 – 21/10 – 4/11 - 18/11 – 2/12 – 9/12/2023

Locatie : Pastoor Wuytsstraat 63 te Mol (en in de natuur)

Kostprijs : 275 euro

Meebrengen : papier/pen en heel veel zin.

Graag op voorhand inschrijven. We werken in kleine
groepjes, zodat persoonlijke begeleiding gewaarborgd is

Meer info : Els Janssens 014/37.06.67

Data zijn eventueel bespreekbaar.

IK ga de workshop ook nog geven in Lommel bij Orion
Centrum, Lepelstraat 200 te Lommel.

Op de zaterdagen van 9.00 uur tot 12.00 uur.

Data : 9/9 – 30/9 – 14/10 – 28/10 – 25/11 – 16/12/2023

Kostprijs : 275 euro

Op aanvraag kunnen andere locaties ook.

Nieuw

Natuur retraite met coaching

Een dagje waarin jij helemaal centraal staat.

Thuiskomen bij jouw ware natuur en innerlijke rust ervaren.

De natuur helpt jou om dieper te verbinden met jezelf.

Even weg van de drukte/overprikkeling van het dagelijkse leven.

Ervaar je veel stress en is het even tijd om helemaal te ontspannen en je weer op te laden, dan is deze dag ideaal voor jou.

Of wil je gewoon even genieten van de rust en puurheid van de natuur.



Wat brengt het jou :

Persoonlijke coaching en begeleiding tijdens de hele dag.

Stilte / rust / vertraging / onthaasten.

Echte “ME-TIME”...gewoon even “ZIJN”.....

Weer helemaal opladen.

In het NU zijn, je hoofd even stil en bij je GEVOEL komen en

LUISTEREN naar je HART/INNERLIJKE WIJSHEID

Veerkracht opbouwen.

Natuurcoaching, life coaching, massage, meditatie, gewoon rust behoren allemaal tot de mogelijkheden (zie website).

We gaan op voorhand afstemmen waar jij nu behoefte aan hebt... HET IS JOUW DAGJE !

Op maat gemaakt voor jou!

Er kan eventueel ook aandacht besteed worden aan een bepaald thema/onderwerp waar jij nu behoefte aan hebt.

**“SOMS MOET JE EVEN STILSTAAN OM WEER VERDER
TE KUNNEN”**

Daar wil ik je graag in begeleiden/ondersteunen.

Praktisch :

Dag start om 9.30 uur tot ongeveer 14.30 uur.

We gaan de natuur in, maken gebruik van de tuin en de praktijk (overal rust).

Middagmaal (verse soep/broodjes) en drank inbegrepen.

Kledij voorzien voor in de natuur.

Eventueel schrijfgerief.

HEEL VEEL ZIN !

Prijs : individueel 175 euro voor een hele dag begeleiding
per twee 225 euro (koppel of vrienden)



Wandelcoaching

Wandelcoaching houdt in dat het coachgesprek (één-op-één) in de natuur plaatsvindt, de natuur wordt echt actief ingezet. Het is een krachtige, diepgaande en inspirerende vorm van coaching. De natuur brengt je in contact met jouw “ware natuur” en je “innerlijke wijsheid”, je komt in een intuïtieve flow.

Er schuilt een onuitputtelijke kracht en wijsheid in de natuur, die ons brengt bij onze onuitputtelijke kracht en wijsheid.

Alle antwoorden zitten in jou, via de natuur kan je er gemakkelijker contact mee maken. Spreekt het je aan? Kijk dan alvast op www.shiatsu-coaching.be bij wandelcoaching.



*“Into the woods I go to lose my mind and find my
SOUL”*

Deze nieuwsbrief mag vrijblijvend verstuurd worden naar geïnteresseerden.

© Shining Life mei 2023