

Nieuwsbrief

Shining Life



*Laat 2024 jouw jaar worden om te stralen en
jouw unieke zijn naar buiten te brengen !!!*

Iedereen is uniek en heeft zijn talenten!

*Laat ons samen meer liefde en licht brengen en
elkaar steunen en aanmoedigen!*

*Leven vanuit je HART en verbinding maken op
HARTSNIVEAU !!!*

Nieuwe data workshop



**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.

- 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 kan gevolgd worden op dinsdagavond OF zaterdagochtend (je hebt de keuze).

Aanvang eind februari 2024, voor data zie mijn website www.shiatsu-coaching.be

Locatie : Pastoor Wuytsstraat 63 te Mol (Sluis)

Kostprijs : 285 euro

Op aanvraag kunnen ook andere locaties.

Ik ga in 2024 ook regelmatig **lezingen** geven hierover.

We hebben zo veel zelf in handen om ons zelfherstel te stimuleren. Belangrijk is dat we bewust worden van hoe we onbewust (overtuigingen, verdedigingsmechanismen, patronen,... uit ons verleden die in het nu ons gedrag bepalen) onszelf vaak saboteren.

Al het onbewuste bewust gaan maken, dan kunnen we blijvende veranderingen maken!

De lezing kan ook op aanvraag georganiseerd worden.

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)

je kan ook zelf een groepje samenstellen, prijs
dan te bespreken





Deze nieuwsbrief mag vrijblijvend verstuurd worden naar geïnteresseerden.

© Shining Life december 2023