

Holistische Therapie & Systemische Coaching

voor vrouwen



*Ben jij een vrouw die altijd klaarstaat voor anderen?
Voel je je soms moe, gestresst of overweldigd door alles
wat er op je afkomt? Loop je vast in je werk, relaties of gezin?
Zorg je goed voor anderen, maar vergeet je jezelf?*

- ♥ **Ik zet je even stil, zodat je voelt wat jij écht wilt**
- ♥ **Maak keuzes vanuit innerlijke kracht**
- ♥ **Warme begeleiding met échte impact**



Marije te Velde
Praktijk Lief en Leef
Zuidlaren
www.liefenleef.nl
06-10990222



Plan hier jouw
gratis kennismaking





Herken je dit?

*Altijd aan staan en weinig tijd voor jezelf
Moeite met grenzen aangeven
Onrust, piekeren of slecht slapen
Lichamelijke klachten zonder duidelijke oorzaak
Gevoelens van onzekerheid, verdriet of boosheid*

**HET IS TIJD OM TE VOELEN,
TE GROEIEN EN TE STRALEN!**

Wat levert mijn coaching jou op?



- **Meer rust en ontspanning**
Je leert luisteren naar je lichaam en grenzen aangeven
- **Betere nachtrust**
Minder piekeren, meer uitgerust wakker worden
- **Meer energie en vitaliteit**
Je voelt je weer fit en krachtig
- **Zelfvertrouwen en eigenwaarde**
Je leert jezelf accepteren en waarderen
- **Gezonde relaties**
Je ervaart verbinding en leert gezonde grenzen stellen
- **Daadkracht en focus**
Je maakt krachtige keuzes en doorbreekt oude patronen
- **Regie over je leven**
Je neemt weer de leiding over jouw geluk en welzijn