

**Zorgen voor jezelf: jouw persoonlijke energiebalans**

Herken je dat? Je staat altijd voor anderen klaar. Iedereen kan een beroep op je doen. De cliënt, de medewerker, de naaste van de patiënt. Je agenda zit vol. En dan heb je vaak nog het gevoel dat je niet genoeg doet, tekort schiet.

Maar ook jij bent maar een mens. Hoe voorkom je dat je opbrandt? Hoe zorg je dat je in balans blijft en dat je vlammetje blijft branden?

In een ontspannen sessie ga ik voor jou na waar je kracht ligt en wat je energie kost. Zo krijg je handvatten voor meer innerlijke harmonie. Op welke vlakken kun jij je innerlijke kracht versterken? Waar stroomt je energie goed, waar kan het beter? Wat sterkt jou?

Deze sessie duurt gemiddeld 2, 5 uur. De nadruk ligt op persoonlijke aandacht en ondersteuning. Jij hoeft alleen rustig te zitten en er is geen voorbereiding nodig.  
Door de gehanteerde methode krijg je meteen ook een idee hoe je anders naar mensen kunt kijken. In een persoonlijk nagesprek (1 uur) komen we op de eerste sessie nog eens even rustig terug en kijken we samen wat je aan de geboden informatie hebt gehad. Tot slot is er een korte evaluatie (half uur) na een half jaar.

De totale tijdsinvestering (exclusief reistijd naar Deventer) is 4 uur. Dit aanbod is SKGV-geaccrediteerd voor 2019 met 1 punt in de categorie innovatie.

De data van de drie afspraken worden persoonlijk afgestemd. De twee follow-up contacten kunnen ook telefonisch plaats vinden.

Tarief: 245 euro inclusief BTW

Marjolein Rikmenspoel  
Geestelijk verzorger/spiritual counselor

06 14412266/ marjolein@notos.info

*Auteur van 2 boeken over spirituele intelligentie (www.notos.info)*

