



# Wie?

Ik ben Lisette.

Jarenlang kriebelde er iets in mij. Ik wilde een leven met meer rust, balans, authenticiteit en vrijheid. Hier heb ik lang naar gezocht en dit heeft me uiteindelijk op het pad gebracht van het coachen. Hiervoor moest ik eerst flink mijn neus stoten in bijvoorbeeld een baan, een richting en een leven die niet bij mij paste. Na lang zoeken ben ik als **freelance marketeer** gaan werken en ik heb samen met mijn partner een bedrijf opgezet.

Vanuit de ervaring om een bedrijf op te richten en als zelfstandige te werken, wilde ik aan de slag om anderen te helpen in het vinden van hun **ideale droomleven**, zowel op werkgebied als privé. Ik wil anderen begeleiden in hun zoektocht! Er ligt namelijk zoveel vrijheid in het weten wat je wilt en daarvoor gaan. Ik ben de opleiding tot coach gaan volgen en vanuit opgedane kennis van het vak in de opleiding als ook privé help ik nu met veel liefde iedereen die wel een duwtje in de goede richting kan gebruiken.





# Wat?

Tijdens **leefstijlcoaching** begeleid ik mensen om hun ware ik te leren kennen en op die manier een verandering in gang te zetten om zo hun mooiste leven te leiden.

We gaan er samen voor zorgen dat jij weet wie je bent, waar je energie van krijgt en wat jouw droom is. Als we weten wat jouw droom is gaan we concrete stappen zetten om jouw droom te behalen. Met dit traject ga je de verdieping in om jezelf écht te leren kennen om zo richting te gaan geven aan jouw mooiste leven.

## **Wat kan je verwachten in een leefstijlcoachingstraject?**

1. Toegang tot al mijn opgedane ervaring, kennis, vaardigheden en connecties (lees meer over mij)
2. De mogelijkheid om vragen te stellen via WhatsApp, laagdrempelige communicatie tussen de sessies door
3. Leefstijlcoaching traject van 5 maanden met 10 sessies (2 per maand)
4. Sessies van 1,5 uur, zo nemen wij samen ruim de tijd om tot de kern te komen
5. Opdrachten thuis zodat je direct over kunt op actie, dit bespreken wij dan weer tijdens een volgende sessie
6. Mindset training; een fantastisch methode om alles te kunnen bereiken waar je ooit van hebt gedroomd en om een onverslaanbare wilskracht te creëren en vast te houden
7. Meditatie & Mindfulness training; zodat jij weer gaat leven vanuit de bron



# Tarieven voor jouw investering

## Leefstijl traject:

6 maanden traject: 1299,- euro ex. BTW

Heb jij een vraag of wil jij vrijblijvend een keertje sparren?

## Losse sessie:

1 uur sparren: 119,- euro ex. BTW

2 uur de verdieping in: 200,- euro ex. BTW