

Time Out in Spanje

Persoonlijke begeleiding
midden in de Spaanse natuur



Ben je moe, gespannen en heb je veel aan je hoofd?
Heb je het gevoel dat je de hele tijd je best moet doen?
Ervaar je de eeuwige twijfel of je wel goed genoeg bent?
Ben je altijd met anderen bezig en kom je niet aan jezelf toe?

Wil je even weg van huis, even rust en voor niemand zorgen?
En tegelijkertijd bouwen aan meer zelfvertrouwen en geluk in je leven?
Waarin ook ruimte is voor *jouw* wensen en verlangens?

Gun jezelf deze Time Out!



Wat bieden we?

Tijd en ruimte om te ontspannen en stress los te laten
Mooie logeerplek midden in de Spaanse natuur
Eventueel (h)eerlijke maaltijden: ontbijt, lunch en diner
Zwembad met prachtige vergezichten op zee en de bergen

Time Out traject: 5 ochtenden samen met Anneke, ervaren haptotherapeute
Onvoorwaardelijke en persoonlijke aandacht voor jouw vragen en verlangens.
Diverse invalshoeken: haptotherapie, natuurcoaching, wensopstellingen, schilderen tekenen etc.
Gratis kennismakingsgesprek vooraf in Nederland
Nagesprek telefonisch of live na 2 maanden
Mogelijkheid tot een vervolg traject.

Ervaringen

'Nu thuis beseft ik pas goed hoe bijzonder en intens mijn proces is geweest'
"Je kunde om de juiste snaar te raken!"

"Ik voel me echt wezenlijk anders en ik ben jou en jullie heel erg dankbaar"
"Ik had nooit verwacht in zo'n korte tijd zoveel stappen te zetten"

"Een zeer waardevolle, inspirerende ervaring die ik iedereen kan aanraden"
"Het heeft me veel innerlijke rust en zekerheid gegeven"

"De begeleiding is top: betrouwbaar, liefdevol, duidelijk & veilig."



Doel

Stil staan bij je gevoel, luisteren naar wat jij wilt in je leven!
Voelen waar je grenzen liggen en waar je blij van wordt.
Je eigen patronen onderzoeken en onnodige ballast opruimen.
Balans, verdieping, verbinding met je hart, hoofd & je omgeving.
Waardoor je meer en meer die persoon wordt die je in wezen bent.
Met meer zelfvertrouwen, levenskwaliteit en plezier, met jezelf en met anderen

Anneke



Komt snel to the point en geeft je helder inzicht in je gevoelsleven.
Met grote betrokkenheid, invoelend vermogen, compassie en inzet begeleidt ze je naar meer rust, eigenwaarde en vrijheid. Samen kijken naar je vragen en/of knelpunten van jezelf en in je relaties. Een wezenlijk veranderingsproces op gang brengen. Waarbij het zeker helpt even weg te zijn uit je eigen omgeving.

Omdat je het écht anders wilt!