

OPTIMAAL PRESTEREN, MAXIMAAL GENIETEN



Drie redenen waarom je dit coachtraject zou 'moeten' volgen:

1 Beste versie van jezelf

Je leert keuzes maken op basis van jouw kwaliteiten. Je ervaart een sterk gevoel van vrijheid: je doet je werk op jouw wijze, energiek en bevlogen. Hierdoor bereik je makkelijker betere resultaten. Met deze beste versie van jezelf presteer je optimaal en bereik je de doelen die voor jou belangrijk zijn.

2 Veerkracht en vitaliteit

Je krijgt inzicht in wat je energie geeft en wat je energie kost. Je maakt je nieuwe, blijvende gewoonten eigen die je helpen om positief te denken en te doen. Je bent veerkrachtiger en voelt je fitter. Zo geniet je optimaal van de leuke dingen.

3 Meer plezier!

Werk en privé breng je in balans en je maakt keuzes die bijdragen aan een leuker leven. Je reduceert je stress, komt in flow waardoor je meer tijd en energie overhoudt en makkelijker kunt ontspannen. Zo ervaar je nog meer plezier in je werk én in je leven.

En dat is nog lang niet alles. Lees verder en ontdek wat deze coaching op maat nog meer oplevert.

Voor wie? Voor de gedreven professional die gaat voor: een bevlogen leven en optimale prestaties | maximaal genieten en moeiteloos leven | meer plezier en daardoor nóg meer succes.

De Winst? Betere resultaten, meer plezier in je werk én in je leven.



**FOCUS OP
POSITIEF
DENKEN EN
DOEN**

Wat levert de coaching van Mooving People jou op?

Tijdens de coaching gaan we aan de slag met de zaken die energie slurpen en je belemmeren. Je krijgt praktische tips en tools die je direct kunt toepassen in jouw leven.

WAT LEVERT ONZE UNIEKE SUCCESFORMULE OP

- Je eigenwaarde neemt toe en je zelfvertrouwen groeit.
- Oude patronen en 'imprints' verdwijnen en je doet nieuwe, positieve ervaringen op. Hierdoor neem je moeitelozer de juiste beslissingen en komen je werk en je leven in een flow.
- Je ervaart minder stress en meer veerkracht, energie en aantrekkingskracht.

Wie zich laat coachen door Mooving People kan rekenen op veel meer werkplezier, optimale prestaties en een bevlogen leven.

Unieke aanpak, maximaal effect:

Dit persoonlijke coachtraject kent een unieke aanpak die je maximaal resultaat garandeert.

- Je maakt helder wat écht belangrijk voor je is binnen jouw werk en je leven. Dankzij de juiste keuzes en een sterk commitment behaal je jouw doelen.
- Je krijgt inzicht in jouw belangrijkste 'roadblocks', pakt deze constructief aan en maakt de weg vrij om de beste versie van jezelf te worden.

- Je gaat aan de slag met je energiebronnen (lijf, brein, hart, passie en autonomie) en leert hoe je stress vermindert en vitaler kunt zijn.
- Je wordt jezelf bewust van je persoonlijke leefstijl en ontwikkelt een werk-privébalans met de perfecte ontspanning en de juiste energie.

AAN DE SLAG MET MOOVING PEOPLE

Dit coachtraject om bevlogen en optimaal te werken, bestaat uit drie stappen:

- 1 Een uitgebreide intake** – Samen bepalen we jouw succesdefinitie, gewenste resultaat en aanpak. Daarbij werken we met scans en testen die een helder inzicht geven in jouw kwaliteiten, voorkeuren en unieke persoonlijkheid.
- 2 Persoonlijke contactmomenten** – Je krijgt praktische tips en adviezen voor direct resultaat. Ook hardnekkige uitdagingen pakken we aan. Dankzij tools als de VitaliteitsScan® en het zelfvertrouwenmodel ervaar je blijvend een positief resultaat.
- 3 Leren in de praktijk** – Wat je in de praktijk tegenkomt, nemen we mee in de coachgesprekken en andersom. Zo heb je nog sneller zichtbaar resultaat.

'Ik ben vaak moe, gestrest. Ik mis de energie om te genieten, en krijg dit maar niet veranderd...'

HAAL JIJ HET BESTE UIT JEZELF?

In onze hectische, prestatiegerichte samenleving hebben veel mensen last van stress en zijn vaak moe. Ze zijn altijd maar bezig en ervaren grote druk. Veel professionals worden geleefd door de waan van de dag. Veel meer dan ze zouden willen. Ze hebben het knagende gevoel dat ze te weinig genieten en niet echt tot hun recht komen.

Kost het je geregeld moeite om energie te vinden en leuke dingen te doen? Laat je het er daarom vaak maar bij zitten? Heb je al vele tools en tips geprobeerd, maar zonder succes? Dan haal je niet het beste uit jezelf, je werk en je leven.

DE IMPACT ALS JE NU NIETS DOET

Hoelang houd je deze manier van werken en leven nog vol? Voor je het doorhebt, steven je af op een burn-out. Welke impact zou dat hebben? Op jouw gezondheid en geluk, en op je naasten? Voorkom dat je het plezier kwijtraakt in jouw werk, of erger nog: in jouw leven.

ZO KOM JE IN FLOW!

Gun jezelf de kans om echt aan de slag te gaan. Reken eens en voor altijd af met wat jou in de weg staat de beste versie van jezelf te zijn. Ben je vitaal, dan geeft dat ruimte en energie om bevlogen te werken en te leven. Neem zelf de regie. Besluit dat het écht anders moet, laat je coachen door Mooving People en kom weer in flow. Dit is het moment!

Unieke tool: de VitaliteitsScan®

De VITALITEITSSCAN® is een zeer krachtige, unieke tool die een verfrissende en vernieuwende kijk geeft op jouw vitaliteit. Verborgene energieverslinders, die zonder deze scan onopgemerkt blijven, worden glashelder zichtbaar. Dankzij de goed doordachte opbouw van de VitaliteitsScan® heb je direct in beeld waar je al goed bezig bent en waar juist veranderingen wenselijk zijn. Doe je voordeel met onze inspirerende werkwijze en aanstekelijke energie en ga voor vitaal werken en leven. Dankzij deze tool, die écht werkt, maak je een vliegende start!

WIE ZIJN WIJ? De tools en trainingen van **Mooving People** zijn ontsproten aan het creatieve brein van Desiree Dankers en Berry Koeleman.



Desiree Dankers is een zeer ervaren businesscoach, adviseur en trainer op het gebied van vitaal werken, werkgeluk en werkstress en burn-outpreventie. Haar missie is de enorme kracht

van vitaliteit te laten werken voor heel de BV Nederland. Elk team dat met haar aan de slag gaat, ervaart het: leven met passie en een opgeruimd hart en hoofd draagt direct bij aan nog meer zakelijk succes!

Desiree is Partner bij Koeleman Sterk & Partners, en eigenaar van Mooving People.



Berry Koeleman is ondernemer in hart en nieren. Hij bracht tientallen bedrijven tot grote bloei, wat hem tot inspirerend voorbeeld maakt voor mensen die succesvol willen zijn. Heftige gebeur-

tenissen later in zijn leven daagden Berry uit tot persoonlijke groei. De kennis en inzichten die hij opdeed, zet hij nu in om anderen zakelijk en persoonlijk te helpen groeien. Hij is de bedenker van Boven de Lijn®

Berry is Initiatiefnemer en oprichter van Koeleman Sterk & Partners.

OVER BOVEN DE LIJN® Veel mensen zijn onder de lijn: ze hebben weinig plezier in hun werk, klagen en mopperen en demotiveren de mensen om hen heen. Boven de lijn® gebeuren juist de leuke dingen. Daar zijn mensen succesvol en beleven ze de mooie momenten. Met aansprekende, direct toepasbare tools leert de Boven de Lijn®-methode mensen boven de lijn te komen én te blijven. Die vaardigheid verwerven ze met veel gemak, dankzij de focus op humor en plezier.

De Boven de Lijn®-methode vormt de basis van de trainingen, coaching en vele andere tools bij **Mooving People**.

Kom in actie, ga ervoor!

Gun jezelf een bevlogen en dynamisch leven, met meer energie en werkplezier wat direct bijdraagt aan jouw geluk en succes. Bel vandaag nog!

MEER INFO?

Neem contact op met Desiree Dankers:

☎ +31 642 145 415

✉ Desiree@moovingpeople.nl

De professionals die zich eerder al lieten coachen waarderen hun leven nu met een 8+!

“Voorheen verloor ik elke keer mijn baan. Nu heb ik een vast contract, een huis en een relatie. Ik geniet weer van het leven.”

“Ik geloofde niet meer in mijn mogelijkheden. Eindelijk durf ik volledig mijn passie te volgen en schrijf ik mijn eerste boek.”

“Op de rand van een burn-out kon ik het niet langer zelf. Ik accepteerde hulp, waardoor ik nu die leuke, sterke vader ben én een bloeiende carrière heb.”