



## E-coaching en individuele opstellingen via Skype, Whatsapp, Facetime, Zoom of Hangouts. Juist nu, in deze tijd!

### Mogelijkheden via de digitale snelweg zijn divers en groot!

De wereld staat even stil en wij zijn van de één op de andere dag in een andere leefstand gezet. Apart, onwerkelijk, zorgelijk en resetten. Voor sommigen is dit niet echt een punt en vinden het eigenlijk wel fijn. Even een stap terug en daarna wordt de draad weer opgepakt.

Echter dit is niet voor iedereen het geval. Deze tijd brengt ook zorgen met zich mee. Voor de één wat meer dan voor de ander. Kan ik mijn werk wel behouden? Kan ik de vaste lasten wel blijven betalen? Hoe lang gaat het duren? Kortom hoe ziet de wereld eruit na de corona-crisis? Misschien heb je juist nu wat extra ondersteuning nodig, omdat je angstig bent. Je hebt klachten zoals: onrustig voelen, paniekgevoelens, stress, slecht slapen en depressieve gevoelens. Door deze onzekerheden worden thema's die er altijd al sluimerend op de achtergrond waren, nu opeens actueel en ze blokkeren jou in je functioneren. Juist nu belemmeren deze thema's meer en maken het vaak nog lastiger. Hoe ga ik er mee om? Wat heb ik nodig? Waar komt het vandaan? Wat maakt dat ik nu zo blokkeer in deze situatie? Wat speelt zich af in het onbewuste waar ik nog geen weet van heb? Juist nu is het belangrijk om hier ondersteuning in te zoeken om straks alles weer goed op te kunnen pakken en aan te kunnen. Dat je weer helder en rustig na kunt denken, ontspannen bent en kunt genieten.



Meld je direct aan voor een online sessie

### Drie sessies

Als je in één keer boekt voor 3 sessies dan krijg je € 45,00 korting.

Ik ben vrijgesteld van BTW, vanwege de kleine ondernemingsregeling.

€ 150,00 voor 3 sessies

Bestel nu voor 3 sessies

### Twee sessies

Als je in één keer boekt voor 2 sessies dan krijg je € 25,00 korting.

Ik ben vrijgesteld van BTW, vanwege de kleine ondernemingsregeling.

€ 105,00 voor 2 sessies

Bestel nu voor 2 sessies

### Eén sessie

Als je boekt voor een losse sessie dan krijg je € 10,00 korting.

Ik ben vrijgesteld van BTW, vanwege de kleine ondernemingsregeling.

€ 55,00 voor 1 sessie

Bestel nu voor 1 sessie

## Hoe werkt het?

De mogelijkheden van de digitale snelweg zijn groot. Ik werk met meerdere mogelijkheden van videobellen: Whatsapp, FaceTime, Hangouts, Skype en Zoom. In overleg met de klant bepalen we de mogelijkheden die de klant heeft op het digitale gebied. Er moet in ieder geval een goede internetverbinding zijn en het is belangrijk dat de klant in een rustige omgeving de sessie kan regelen en hij/zij niet gestoord wordt. De sessie worden voorafgaand aan de afspraak betaald via de bank.

## Waarom juist nu?

Fysieke afstand van 1,5 meter is juist nu erg belangrijk en snelle ondersteuning is in sommige situaties essentieel. De beperkte "intelligente" lockdown blijft voor alsnog van kracht. De afstand van de praktijk is overbrugbaar, je hoeft niet te reizen en dat scheelt in tijd en kosten. Je kunt thuis in een rustige omgeving de sessie doen. Er is direct contact, face to face, drempelverlagend en toch nabij.

Op afstand werken met coaching en individuele opstellingen is geen beperking.

In deze lastige tijd wil ik de online sessies aanbieden voor € 55,- per uur. Normaal kost een online sessie € 65,- per uur. Voor meerdere sessies tegelijk boeken is de korting zelfs nog hoger.

Ik ben vrijgesteld van BTW, vanwege de kleine ondernemingsregeling. Deze aanbieding geldt tot en met 31 mei 2020.

Wil je meer info, dan kun je me bellen of mailen.

## Eigen ervaring

*Onlangs heb ik het zelf met een oefening mogen ervaren om als klant een vraag in te dienen in een training E-coaching met de IZR-methode waar ik aan deelneem. Ik was bijzonder verrast.*

**"Op afstand en toch nabij"!**



## Kerntalent Coaching & Systemisch werk

Reintje Visser  
Beardastrjitte 1  
9086 CK Hempens  
www.kerntalent.nl  
info@kerntalent.nl  
058-2894927  
06-37170014

## Albertien Zeinstra

Coach, psychosociaal

therapeut en

systemisch opsteller

Mocht je deze

nieuwsbrief graag

willen doorsturen aan

iemand in je netwerk

die mogelijk interesse

heeft, voel je dan vrij

het te doen.



Deze e-mail is verzonden aan [{{email}}](#). • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#). • U kunt ook uw [gegevens inzien en wijzigen](#). • Voor een goede ontvangst voegt u [info@kerntalent.nl](mailto:info@kerntalent.nl) toe aan uw adresboek.