



Tarieven 2022 HELEMAAL STRALEND

[download cv](#)

HELEMAAL STRALEND is vrijgesteld van BTW.

Bevrijdingscoaching [download informatie](#)

1. Vraag na het lezen van de informatie om afspraak via het [contactformulier](#):

a - ik wil graag een uur bevrijdingscoaching met u inplannen

b - ik kan meestal op... (noem 3 dagdelen: bijv. ma midd, di ocht, vr avond)

c - vul het telefoonnummer in waarop je gebeld wilt worden voor de bevrijdingscoaching

2. Je krijgt een afspraakvoorstel per email.

3. Bij bevestiging van de afspraak ontvang je de factuur.

4. Zodra het bedrag binnen is, ontvang je de info ter voorbereiding.

5. Bereid de afspraak voor, volgens de info ter voorbereiding.

6. Op het moment van de afspraak zit je natuurlijk helemaal klaar met alle benodigde info, een potlood of pen en voldoende opgeladen telefoonaccu.

7. Bevrijdingscoaching is iets dat helemaal afgemaakt dient te worden in korte tijd.

De afspraak duurt maximaal 1 uur en meestal is het dan klaar (als je je hebt voorbereid): **€ 80,-**

NB: de benodigde tijd staat los van de hevigheid/ hoeveelheid/ tijdsduur/ hoe lang geleden.

8. Mocht er toch een extra sessie nodig zijn van max. 1 uur, plannen we die z.s.m. in: €70,-

(dit is maar 2x gebeurd, om aan te geven dat dit waarschijnlijk niet aan de orde zal zijn).

9. Mocht er nóg een extra sessie nodig zijn van max. 1 uur, plannen we die z.s.m. in: €60,-

(dit is maar 1x gebeurd, om aan te geven dat dit hoogst waarschijnlijk niet aan de orde zal zijn).

Verslaving loslaten - echte houvast vinden i.p.v. vluchten in dwangbezigheden of verdoven met verslavingen, **duur sessie meestal ca. 15-20 min. €50,-**

Alléén in combinatie met **Bevrijdingscoaching** omdat je geen nieuwe verslaving wilt opbouwen.

Coaching pakketten à €600 voor 12 sessies van 1 uur, eventueel follow up sessie **€60,-** voor:

Of in groepen van 10 p. à €100 pp voor 12 sessies van 1 uur (als groep aanmelden of op wachtlijst):

pakketten worden op persoonlijk/ op groep afgestemd; opbouw meestal 4x/w, 4x/14d, 2x/mnd, 2x/2 mnd

- **Leefstijl coaching** - handige aanpak om meer gemak, geluk en gezondheid uit te nodigen.
- **Mental coaching** - valkuilen herkennen en op je groeiroute vooruitkomen.
- **AD(H)D coaching** - meer houvast via voeding, leefstijl, denken en wat zoal boven komt
- **HSP coaching** - meer houvast/ inzicht als de wereld niet op jouw gevoeligheid is afgestemd.
- **HB/ HIQ coaching** - meer houvast/ inzicht voor wie hoogbegaafd en/of hoog intelligent is
- **Grip op je dip** - meer houvast/ inzicht voor wie de zonnige kant niet meer zo makkelijk vindt
- **Eenzaamheid** - hoe doorbreek je dat, beter met jezelf verbinden, met anderen verbinden

1. Vraag na het lezen van bovenstaande informatie om afspraak via het [contactformulier](#):

a - ik wil graag een coaching pakket met u inplannen voor (geef de gewenste coaching aan)

b - ik kan meestal op... (noem 3 dagdelen: bijv. ma midd, di ocht, vr avond)

c - vul het whatsapp nummer in waarop je voor de coaching wilt beeldbellen (NB. geen zakelijk nr.)

2. Je krijgt een afspraakvoorstel per email.

3. Bij bevestiging van de afspraak ontvang je de factuur.

4. Zodra het bedrag binnen is, ontvang je de info ter voorbereiding.

5. Bereid de eerste afspraak voor, volgens de info ter voorbereiding.

6. Op het moment van de afspraak zit je natuurlijk helemaal klaar met alle benodigdheden en volle accu.

Gezondheidsconsulten - inzicht in hoe je zelf verantwoordelijkheid kunt nemen voor je gezondheid.

Vraag hierom via het [contactformulier](#).

Noteer je telefoonnummer, en via telefonisch overleg kijken we wat en hoe.