

‘Mijn life coach heeft net als ik een oogziekte waardoor ze blind is geworden. Zij begrijpt wat ik nu meemaak. Het is zo fijn hier met haar over te kunnen praten!’

Gratis

De gesprekken met een life coach zijn gratis!
Dit is mogelijk dankzij financiering door de gemeente Amsterdam, Fonds NutsOhra en het Oranjefonds.

Uitgebreide informatie kunt u vinden op onze website.
Heeft u belangstelling, neem dan contact op met:

Clientenbelang Amsterdam

Plantage Middenlaan 14
1018 DD Amsterdam

T 020 75 25 100

E m.dejeu@clienbelanamsterdam.nl

www.clienbelanamsterdam.nl

Life Coach



Clïëntenbelang
A M S T E R D A M

Voor eigen regie in zorg en samenleving

*...luistert en denkt met u mee
vanuit eigen ervaring.*

Heeft u een handicap of chronische ziekte en bent u op zoek naar een gelijkwaardige gesprekspartner of wilt u meer uit het leven halen?

Dan is een life coach misschien iets voor u. Een life coach is een gesprekspartner die zelf ervaring heeft met het leven met een handicap of ziekte, en daardoor herkenbare ervaringen heeft.

Er zijn acht coaches met verschillende achtergronden en handicaps. U mag zelf kiezen welke coach u wilt.

De coach kan met u meedenken om een antwoord te vinden op vragen en twijfels. Zonder de oplossing voor u te bedenken. Een life coach is geen hulpverlener, maar is wel getraind om anderen te ondersteunen en begeleiden.

U kunt met een life coach praten over:

- beter te kunnen omgaan met uw energie en tijd
- hoe u met veranderingen in het leven kunt omgaan
- hoe u meer zelfvertrouwen kunt opbouwen
- hoe u uw (sociale) leven kunt vormgeven
- hoe u werk of studie kunt oppakken of hoe dit vol kunt houden

En/of bent u op zoek naar manieren om uw leven prettiger en lichter te maken? Wilt u meer doen, maar zit uw handicap of ziekte in de weg? Wilt u energie overhouden voor leuke dingen? Herkent u dit, dan heeft u wellicht iets aan gesprekken met een life coach.

Als het u lukt uw handicap of ziekte een plek in uw leven te geven, is er ruimte en energie over voor andere dingen.



‘Ik geloof er nu weer in dat ik gewoon zoals ieder ander mens deel kan nemen aan het leven.’