

Life Coach



Clïëntenbelang
A M S T E R D A M

Voor eigen regie in zorg en samenleving

*...bent u in gesprek met
een ervaringsdeskundige*

Heeft u een fysieke beperking of chronische ziekte en bent u op zoek naar een ervaren gesprekspartner dan is een life coach misschien iets voor u.

Het is vaak een jarenlang proces met steeds nieuwe fasen van verwerking, om een beperking of ziekte een plek in je leven te geven. Het kan helpen hier met iemand over te praten. Het kan gaan over emotie, wat het betekent voor u of uw omgeving. Maar ook over praktische vragen, zoals hoe je je beperkte energie verdeelt over noodzakelijke dingen, leuke dingen, werk of studie.

Herkent u dit, dan heeft u wellicht iets aan gesprekken met een life coach!

‘Mijn life coach heeft net als ik later een fysieke beperking gekregen. Zij begrijpt wat ik nu meemaak. Het is zo fijn hier met haar over te kunnen praten!’

Onze life coaches hebben een fysieke beperking of een chronische ziekte en begrijpen daardoor goed uw dilemma's.

In de gesprekken stelt u doelen waaraan u wilt werken. Een life coach is getraind om u te ondersteunen en begeleiden bij het zoeken naar een weg om deze doelen te bereiken. En ook bij het vinden van een antwoord op uw vragen en twijfels.



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

Heeft u een fysieke beperking of chronische ziekte?

U kunt met een life coach praten over:

- Omgaan met uw energie en tijd.
- Omgaan met veranderingen in uw (sociale) leven door uw beperking.
- Zelfvertrouwen opbouwen.
- Het vormgeven van uw (sociale) leven.
- Het oppakken van werk, vrijwilligerswerk of studie en/of dit vol houden.
- Steviger in uw schoenen staan bij instanties, behandelaars en zorginstellingen.

De gesprekken met een life coach zijn kosteloos!

Dit is mogelijk dankzij financiering door de gemeente Amsterdam.

Uitgebreide informatie kunt u vinden op onze website.

Clïëntenbelang Amsterdam

 Jacob Bontiusplaats 9
1018 LL Amsterdam

 020 75 25 100

 06 42 68 14 53

 lifecoach@clïentenbelangamsterdam.nl

 www.clïentenbelangamsterdam.nl