



Transformerend jaarprogramma:

Verbinden met jouw essentie



Welkom bij 'Verbinden met jouw essentie', een transformerend en diepgaand jaartraject dat je begeleidt naar de kern van wie je werkelijk bent.

Dit unieke programma is ontworpen om je te ondersteunen in het afstemmen op jouw ware essentie, zodat je balans, rust en innerlijke kracht kunt integreren in je dagelijks leven.

Waarom kiezen voor dit traject?

- **Maak de reis van je hoofd naar je hart:**

Leer leven vanuit jouw kern en een diepe verbinding met je hart. Vind vanuit de stilte in jezelf de antwoorden waarnaar je op zoek bent. Maak vanuit een verruimd bewustzijn de juiste levenskeuzes.

- **Praktische tools:**

Krijg inzichten en tools die je meteen kunt toepassen om bewust te navigeren in een wereld in continue verandering. Leer uitdagingen vanuit helderheid en vertrouwen te benaderen.

- **Groei in een veilige omgeving:**

Ontmoet gelijkgestemden en ontdek jouw potentieel in een intieme groep van maximaal 8 deelnemers.

- **Groepscoaching: persoonlijke begeleiding door 2 coaches:**

Ontvang, samen met jouw groep, de persoonlijke begeleiding van 2 gedreven coaches die je gedurende dit volledige kalenderjaar door deze unieke transformatie begeleiden.





Wat levert dit traject jou op?

Na een jaar intensieve begeleiding en groepscoaching:

- Begrijp je hoe je balans creëert tussen hoofd, hart en ziel.
- Schakel je over van 'doen doen doen' naar ZIJN en leven in het hier en nu.
- Kun je bewuste keuzes maken die aansluiten bij jouw persoonlijke missie.
- Heb je praktische tools om met vertrouwen en veerkracht uitdagingen aan te gaan.
- Meester je een nieuwe 'way of life' waarin je je vrijer, rustiger en meer in harmonie met jezelf en je omgeving voelt.

"Dit traject is een investering in jezelf en in een bewuster, vervullender leven."



Voor wie is dit traject bedoeld?

Dit traject is gericht op mensen die:

- Bereid zijn tot zelfreflectie en tijd en energie willen investeren in persoonlijke groei.
- Op de één of andere manier vastzitten in hun leven en op zoek zijn naar antwoorden.
- Een leegte voelen in zichzelf of het gevoel hebben zichzelf te verliezen.
- Zich op het kruispunt bevinden van een leven vanuit ambitie naar een leven vanuit zingeving.
- Zich klaar voelen om richting te geven aan hun leven vanuit helderheid, verruimd bewustzijn en vertrouwen.
- Willen leren navigeren in een snel veranderende wereld met balans en veerkracht.

"De reis van hoofd naar hart is de meest waardevolle die je ooit zult maken."





Programma en structuur van het traject

Maart: Start van de reis – Fundamenten van bewustzijn

- Thema: Wat is bewustzijn?
- Onderwerpen: Eenheidsbewustzijn, werken met EQ, IQ, SQ en PQ.
- Doel: De reis naar binnen starten.

April: Van hoofd naar hart

- Thema: Het hart als poort van de ziel.
- Onderwerpen: Loslaten van beperkende overtuigingen, hartenergie activeren.
- Doel: Emotionele en energetische blokkades aanpakken.

Mei: De essentie van leven – Ontdek jouw zielsmissie

- Thema: Wat kom ik brengen en halen?
- Onderwerpen: Jouw zielsmissie ontdekken en levensthema's onderzoeken.
- Doel: Inzicht krijgen in jouw unieke levensdoel.

Juni: Transformatie en manifestatie

- Thema: Je volheid omarmen
- Onderwerpen: Manifestatiekracht, werken met intenties.
- Doel: Via tools leren om je innerlijke kracht in de praktijk te brengen.



September: Integratie van eenheidsbewustzijn

- Thema: Balans tussen geven en nemen.
- Onderwerpen: Harmonie vinden tussen hoofd, hart en ziel.
- Doel: Diepere verbinding maken met jezelf en anderen.

Oktober: Leven vanuit jouw essentie

- Thema: Praktische toepassing van bewustzijn in het dagelijkse leven.
- Onderwerpen: Holistische levensstijl, energiebeheer.
- Doel: Het geleerde verankeren in je dagelijkse routine.

November: De kracht van verbinding

- Thema: Community en eenheidsbewustzijn.
- Onderwerpen: Samenwerking, empathie en resonantie.
- Doel: Een krachtige ondersteunende community van gelijkgestemden vormen.

December : Afsluiting en krachtiging

- Thema: Je essentie vieren.
- Onderwerpen: Reflectie op het traject, toekomstvisie.
- Doel: Het jaar afronden met inspiratie en een duidelijke visie.





Praktische informatie groepsessies:

- **Maandagvoormiddag:** 10u – 12u30
 - Data: 10/3, 24/3, 7/4, 28/4, 12/5, 26/5, 2/6, 16/6, 8/9, 22/9, 6/10, 20/10, 3/11, 17/11 en 15/12.
- **Woensdagavond:** 19u30 – 22u00
 - Data: 12/3, 26/3, 9/4, 30/4, 14/5, 28/5, 4/6, 18/6, 10/9, 24/9, 8/10, 22/10, 5/11, 19/11 en 17/12.
- **Zaterdagvoormiddag:** 10u00 – 12u30
 - Data: 22/3, 29/3, 12/04, 26/04, 17/05, 31/5, 7/6, 21/6, 13/9, 27/9, 11/10, 25/10, 8/11, 22/11 en 20/12.
- **Zomermaanden:** online inspiratie & oefeningen
- **Deep dive sundays:** 9u30-12u op 6/4, 15/6, 21/9, 21/12
- **Locatie:** 'House of Inspiration – YEY', Nieuwstraat 99, 1730 Asse.

Investing voor het volledige jaartraject: €2.250 (excl. BTW)

Bestaande uit: 15 groepsessies met max. 8 pers., 4 deep dive sundays met max. 24 pers., 50 uur groepscoaching (inc. alle materialen).



Wie zijn we?

Wij kennen elkaar al 20 jaar en bewandelen zij aan zij het pad van bezieling, zingeving en bewustzijn. We werken beiden vanuit een gedeelde passie om anderen te helpen.

Sandrine werkt vanuit Celestia-Coaching
Meer informatie vind je via www.celestia-coaching.be.

Nathalie werkt vanuit YEY
Meer informatie vind je via www.yey.be/nl

Schrijf je in en ontdek jouw essentie!

Gun jezelf deze unieke reis naar jouw ware kern. Reserveer vandaag nog jouw plek via mail naar (deadline 23/2):
sandrine@celestia-coaching.be of nathalie@yey.be

Wil je eerst graag meer informatie?
We plannen met veel plezier een persoonlijk contactmoment met je in!

P.S.: We starten in aanloop van het traject alvast met een intakegesprek van 1u30 waarin we tijd en aandacht nemen om samen met jou te bekijken hoe dit programma binnen jouw persoonlijke doelstellingen past.

Warme groet,
Sandrine & Nathalie

