



Horse2Coach
COACHING & TRAINING

Nieuwsbrief winter 2023



De beste wensen voor 2023

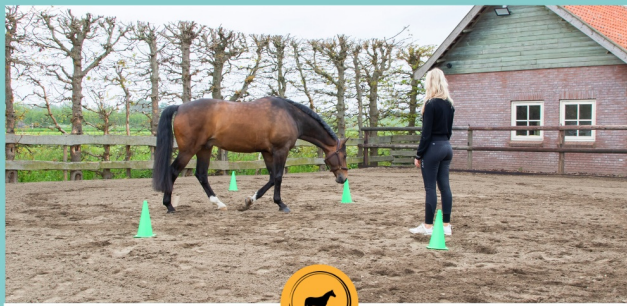
Allereerst de beste wensen voor 2023. Ik wens jullie een mooi jaar in goede gezondheid!

Graag neem ik jullie in deze nieuwsbrief mee in een tweetal nieuwe onderdelen binnen het aanbod van Horse2Coach. Verder staat de planning van de workshops voor de komende tijd erin en ben ik bij het Symposium van het onderzoek 'paardencoaching bij ex-kankerpatiënten' aanwezig geweest.

Veel leesplezier gewenst!

Hartelijke groet,
Noortje Fransen en natuurlijk Felissimo, Django en Calanthe

Workshops



WORKSHOP PAARDENCOACHING

H O R S E 2 C O A C H . N L

Workshop paardencoaching

De agenda is aangepast en de workshops paardencoaching staan gepland voor de komende periode.

- 18 januari (9:30-12:00) = VOL
- 3 maart (13:00-15:30)
- 7 april (13:00-15:30)

Wil jij graag kennismaken met Paardencoaching of deze ervaring aan iemand cadeau doen? In een kleine groep van 4 personen krijg je een individuele sessie en kan je ervaren wat paardencoaching voor jou kan betekenen.

[meer info en inschrijven](#)

Tip! Wil je graag met vrienden/vriendinnen of collega's aan een workshop paardencoaching deelnemen? Dan kunnen we daar een aparte datum/tijd voor inplannen. Neem contact op voor de mogelijkheden!

[Neem contact op](#)

DISC EN DRIJFVEREN



HORSE2COACH.NL

Nieuw bij Horse2Coach

Werken met de DISC en Drijfveren test.

Sinds kort ben ik gecertificeerd DISC en Drijfveren trainer en is het mogelijk om bij je individuele- of teamtraject gebruik te maken van een DISC en Drijfveren test.

Veel mensen zijn bekend met de DISC 'kleuren', maar niet met drijfveren. DISC gedrag en drijfveren zijn twee totaal verschillende dingen. Een analyse van DISC gedrag geeft inzicht in welk gedrag je laat zien privé, onder druk en in je werk. Het geeft inzicht in hoe je doet, hoe je communiceert, je kwaliteiten, valkuilen en ontwikkelpunten.

Een analyse van drijfveren geeft inzicht in wat je motiveert, wat maakt dat je in actie komt, wat geeft energie en waar haak je op af.

Drijfveren zijn de belangrijkste factor voor het ervaren van plezier, energie en een voldaan gevoel.

- DISC laat zien WAT je doet (in je werk, naar jezelf en bij stress);
- DRIJFVEREN geven aan WAAROM je het doet.

Uiteraard kan er bij Horse2Coach gewerkt worden met de paarden in combinatie met deze analyses. Dat is immers mijn specialiteit. Door je actiepunten en onbewuste belemmeringen vanuit deze analyse te gaan doorvoelen bij het paard krijg je er zicht op wat je kan veranderen om hier stappen in te maken. Het paard zal je spiegelen, confronteren, aanwijzingen geven of steunen en hierdoor krijg je inzichten waar je mee verder kan.

Nieuwsgierig geworden? Bekijk de informatie op de website door op de knop hieronder te klikken.

[Bekijk DISC en Drijfveren op de website](#)

VAARDIGHEIDSTRAINING MENTALE WEERBAARHEID



****Nieuw****

Vaardigheidstraining Mentale Weerbaarheid

Met de collega's vanuit Caprilli Coaching is er een nieuwe training ontwikkeld waarbij je kan werken aan je balans werk/privé en sociale leven.

Deze training is geschikt voor iedereen die met spanning loopt en daardoor hinder ondervindt in je dagelijkse dag en op het werk. Met name voor werknemers in het bedrijfsleven is dit een snelle en efficiënte mogelijkheid om samen met de paarden je balans te hervinden en meer vanuit je hartbrein te gaan leven.

De training wordt gegeven in workshopvorm van een dagdeel met maximaal 4 deelnemers en bestaat uit 7 ontmoetingen met het paard die eens in de 2-3 weken plaatsvinden. Regelmatig starten nieuwe trainingen waarop je je kunt inschrijven, zodat je altijd snel kunt beginnen.

Vanuit de locatie in Deest bij Horse2Coach wordt deze training ook aangeboden.

Meer info over deze training? Kijk op de site:

**Bekijk Vaardigheidstraining
Mentale Weerbaarheid op de
website**



Symposium Paardencoaching bij ex-kankerpatiënten

Vrijdag 2 december ben ik aanwezig geweest bij het symposium van het onderzoek van paardencoaching bij ex-kankerpatiënten.

In het voorjaar van 2022 heb ik een bijdrage mogen leveren binnen dit onderzoek vanuit Caprilli Coaching.

De onderzoeksresultaten werden besproken en er was een deelnemer die haar ervaringen bij het paard tijdens dit onderzoek heeft gedeeld. Dit was een pakkend, inspirerend en ontroerend verhaal waarbij heel duidelijk werd verteld hoe het paard en de coaches haar hebben geholpen tijdens de sessies die zij heeft ervaren tijdens het onderzoek.

Het was een inspirerende middag met goede sprekers en mooie inzichten.

Wist je dat 1 op de 3 mensen kanker krijgt? Dat is echt heel erg veel. De impact na of tijdens de behandeling van kanker zijn enorm. Er zijn vaak blijvende gevolgen naar aanleiding van de behandeling, bijvoorbeeld:

- Blijvende vermoeidheid
- Neuropathie in handen en voeten
- Concentratieproblemen
- Angsten

De acceptatie van het veranderde leven na kanker is een proces waar niet alleen de (ex)-patiënten mee te maken krijgen maar ook de mensen in hun naaste omgeving. Paarden kunnen helpen in het proces na kanker, door spanning weg te nemen, te spiegelen, steun te bieden en letterlijk te helpen bij het acceptatieproces.

Helaas heb ook ik te maken gehad met kanker in mijn naaste omgeving, mijn man heeft een aantal jaren geleden kanker gehad. Gelukkig is hij genezen. Doordat ik dit proces na kanker van dichtbij heb meegemaakt weet ik hoe belangrijk het is om preventief nazorg te krijgen na de behandelingen om verder te kunnen leven met de beperkingen na deze ziekte.

Erg mooi om te zien dat hier nu steeds meer aandacht voor komt en ik hier met mijn paarden iets in kan betekenen.

horse2coach.nl

boeistraat 5, 6653CG, Deest

This email was sent to {{contact.EMAIL}}
You've received it because you've subscribed to our newsletter.

[Unsubscribe](#)

