

Ron Wiggers



Hallo,
Ik ben Ron Wiggers
afgestudeerd NLP master coach, Qigong
therapeut en voedingsdeskundige.

In mijn praktijk werk ik vanuit een
integrale visie, dat wil zeggen dat er
naar een balans wordt gezocht tussen
lichamelijk, geestelijk en maatschappe-
lijk welbevinden.

Ik ben gespecialiseerd in stress gerela-
teerde klachten en het begeleiden van
mensen met overgewicht.

Er wordt gewerkt met interventies uit de
westerse en oosterse wereld. Met deze
integrale benadering krijgt de cliënt
inzichten en vaardigheden om inefficiënt
gedrag om te buigen naar efficiënt ge-
drag. Hierdoor worden je vitaliteit, ge-
zondheid en algemeen welzijn positief
beïnvloed.

Met een warme groet,
Ron Wiggers

Vergoeding consulten

Het ISBC is aangesloten bij de VIV. De Vereniging
van Integrale Vitaliteitskunde. Hierdoor worden
de consulten door diverse zorgverzekeraars
geheel of gedeeltelijk vergoed.

De AGB-code: zorgverlener 90-043554
AGB-code de voor de praktijk 90-52295

ISBC

Mobiel: 06-13905387
E-mailadres: info@isbc.nl
www.isbc.nl

ISBC
Vitaliteitsmanagement

Coaching
Therapie
Training

Sta eens stil....om daarna anders verder te gaan.

Vitaliteitsmanagement

Vitaliteitsmanagement is specifiek gericht op het verbeteren van alle aspecten die iemands energie beïnvloeden. Ons denken, handelen, voelen en het vele moeten van onszelf hebben veel invloed op onze vitaliteit.

Als vitaliteitscoach & therapeut begeleidt ik je om je gedrag en levensstijl te veranderen door je te ondersteunen, motiveren, stimuleren en te trainen om zo je vitaliteit te verhogen en je gezondheid en algemeen welzijn te verbeteren.

Vitaliteitscoaching betekent in balans komen op de volgende niveaus:

Fysiek:

Beweging en ademhaling, voeding en leefstijl.

Emotioneel:

Loslaten van beperkende overtuigingen en overlevingsstrategieën.

Mentaal:

Het leren focussen en concentreren.

Zingeving:

Doelen stellen, wat wil je bereiken in je leven.

Hoe werken wij?

Wij bieden begeleiding en ondersteuning aan mensen die structurele veranderingen willen doorvoeren in het leven.

Coaching, training en therapie bij het ISBC is gebaseerd op respect, vertrouwen en gelijkwaardigheid. Na het kennismakingsgesprek kijken wij samen wat de mogelijkheden zijn en of je op je plaats bent bij het ISBC. Daarna stellen wij een plan van aanpak op om je doel te bereiken.

Het ISBC baseert haar trainingen en stijl van coachen op basis van NLP (Neuro Linguïstisch Programmeren) en afhankelijk van de hulpvraag wordt er met andere interventies gewerkt o.a.:

- Hartcoherentie training
- Meditatie - Mindfulness
- Voedingsadviezen
- Tao Chi Qigong

Met deze moderne westerse en klassieke oosterse benadering leer je vaardigheden om je gedrag, stress, vitaliteit en gezondheid curatief of preventief te beïnvloeden.

Wanneer vitaliteitsmanagement?

Stress-preventie/hantering

Burn-out begeleiding

Afvallen/overgewicht

Voedingsadviezen

Slaapproblemen

Concentratieproblemen

Hoge bloeddruk verlagen

Somatische klachten

Hoofdpijn/Migraine

