

# Ontmoeten met Aandacht

06-20879367 | info@astriduitarnhem.nl

## MENU

### Wandeling met paar oefeningen (45 min.)

Om inzicht te verkrijgen en vragen te stellen voor verdieping/diepgang  
*Alien van Alst – wandelcoach*

1. (Proef) les Powerwalken [www.powerwalkclub.nl](http://www.powerwalkclub.nl) (1 uur)
2. Netwerkwandeling in Sonsbeek / sparren over jouw bedrijf / #dtv sessie (1 uur)
3. Telefonisch in gesprek / stok achter de deur / meedenken (2 x 30 min.)

*Astrid Feijen – Astrid uit Arnhem*

### Tekst van max. 500 woorden laten beoordelen

*Diny Boogerd – hulp voor 'alles met teksten' – Diny Boogerd Schrijfzaken en tekstcorrectie*

1. Concreet gesprek over ondernemingsplan, financieel plan, uurtarieven, risico's en hoe ga je ermee om etc. (30 min. online of telefonisch)
  2. Wandeling om te sparren over ondernemings-vraagstukken, waar worstel je mee en wil je over van gedachten wisselen? Wat doe je zelf en wat besteed je uit? (1 uur)
- Erwin Linders – de niet-pure-financiële man – Naast Jou*

### Stel al jouw vragen over vitaliteit (30 min. online)

*Gregie Swinkels - vitaliteitscoach - Sporttwist*

### Voedingsadvies Helder-Eerlijk-Leerzaam-Maatwerk-Advies (30 min. online of telefonisch)

*Helma Eijkelkamp-te Kieftte – gewichtsconsulent – Helma's voedingsadvies*

### Een Krachtig gesprek met waardevolle tip afgestemd op jouw situatie (30 min.)

*Kitty van Ditshuizen – energetisch coach – Energetische Praktijk Kitty*

1. Websitecheck-gesprek Hoe komt mijn website over qua beeld? (30 min.)
  2. Een live getekende felicitatie video om kado te doen aan een jarige, als hart onder de riem of gewoon om wat extra aandacht mee te geven
- Marleen van Schie – maker en bedenker – KIJKERD producties*

### Akasha reading met liefdevolle antwoorden op jouw levensvragen (30 min. online)

*Nhelete Steinman-Tjallingii – spiritueel begeleider – Ik Energiek*

### Deelname aan een virtueel schrijfcafé (2,5 uur)

*Petra Steffens – tekstschrijver, taalkunstenaar en schrijfcoach – Petra tekst & taal*

### 5 Kunstkaarten met Aandacht inclusief een persoonlijk handgeschreven kaart

*Sandra Kraan – beeldende therapie en coaching – Uit je hoofd*

### Kop koffie of thee (online/offline) met een waardevol advies voor de volgende stap in je bedrijf

*Wendy van de Bos – ondernemerscoach – Juist Jij*

### Ambachtelijke koekjes / meringues

koekje 'met aandacht' (10 stuks)

*Yvette Nistelrooij - de Haas – kunstenaar met koekjes -*

**Y-boutique**

4 items voor  
 slechts € 59,00  
 (incl. BTW)

### Hoe werkt het ?

12 ondernemers uit mijn netwerk bieden iets moois aan waar ik, en jij misschien straks ook, nu al energie van krijg.

Jij kunt zelf je favoriete pakket samenstellen uit de sessies/diensten/producten die je hiernaast ziet afgebeeld

### Hoe bestel ik?

Mail jouw keuze naar:  
[info@astriduitarnhem.nl](mailto:info@astriduitarnhem.nl)  
 ovv jouw naam  
 adres en  
 telefoonnummer

## ONTMOETEN

UITWISSELEN

ZP-ers

SPARREN

CREATIVITEIT

NETWERK

nieuwe ideeën

VERBINDEN

VRAGEN

ZELF ERVAREN is WETEN

gunnen

INZICHTEN

meedenken

LOKAAL

INSPIRATIE

KENNISMAKEN

delen & doen

laagdrempelig

LEREN & GROEIEN

**Astrid**

uit Arnhem