



Coaching Rückkehr zu dir selbst

✦ „Bring Licht in die Welt, damit die Herzen der Menschen wieder leuchten.“ ✦

Manchmal verlieren wir uns im Alltag –funktionieren, statt zu fühlen.
Tief in uns flüstert eine leise Stimme: „*Ich möchte mich wieder spüren und mich selbst sein.*“

Im Coaching halte ich für dich einen geschützten Raum.
Hier darf alles da sein – Freude, Zweifel, Sehnsucht oder Mut.
Du musst nichts leisten, nichts verändern.
Du darfst einfach sein – und dich Schritt für Schritt erinnern, wer du wirklich bist.

Ich begleite dich achtsam, klar und liebevoll, damit du loslassen kannst, was dich beschwert oder festhält. So findest du zurück zu innerer Ruhe, Vertrauen und zu der Verbindung mit deinem eigenen Licht.

Ziel

Wieder in Kontakt kommen – mit dir, deinem Körper und deinem Herzen, spüren, was du wirklich willst und den Mut finden, das zu leben, was du aus deinem Innern, deinem Herzen heraus sein möchtest.

Für wen

Für Menschen, die sich verändern wollen –um bewusster zu leben, alte Muster zu lösen und sich selbst in ihrer Wahrheit zu begegnen.

- Klarheit, Vertrauen, Leichtigkeit und den Mut, deinem Herzen zu folgen.
- Übungen zur Achtsamkeit und inneren Zentrierung
- Tools für Bewusstseinsarbeit und Selbstreflexion
- Inspiration, wie du deinen Alltag liebevoll verändern kannst

Yvonne Göldlin • Coachin für Herz- und Bewusstseinsentwicklung
Postplatz 3, 6130 Willisau, Tel 076/ 506 53 51
Yvonne.goeldlin@bluewin.ch
www.yvonne-goeldlin.ch



GESUNDHEITSZENTRUM

APOTHEKE WILLISAU



Gesundheitszentrum Apotheke Willisau AG Postplatz 3, 6130 Willisau - www.apowill.ch - Telefon: 041 970 17 01