



GESUNDHEITZENTRUM  
APOTHEKE WILLISAU



## Coaching

Rückkehr zu dir selbst

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

Manchmal verlieren wir uns im Alltag und funktionieren nur noch, anstatt wirklich zu fühlen. Tief in uns spüren wir die Sehnsucht, wieder bei uns anzukommen – uns selbst zu spüren, echt und lebendig zu sein.

Im Coaching begleite ich dich auf deinem Weg zurück zu dir.  
In einem geschützten Raum darf alles da sein – Zweifel, Sehnsucht, Mut oder Stille.  
Du musst nichts leisten oder richtig machen – du darfst einfach *sein*.

### Im Coaching darfst du erleben wie du...

- Schritt für Schritt zu innerer Ruhe und Klarheit findest.
- Vertrauen in dich und deinen Weg entwickelst.
- lernst, deine Gefühle wahrzunehmen und ihnen zu vertrauen.
- beginnst, das zu leben, was aus deinem Herzen kommen möchte.

### Ziel

Wieder in Verbindung kommen – mit dir selbst, deinem Herzen und deiner inneren Stärke.

### Für wen

Für Menschen, die spüren, dass Veränderung ansteht – die mehr Leichtigkeit, Vertrauen und Bewusstsein in ihr Leben bringen möchten.

### Was du mitnimmst

- Klarheit, Vertrauen und innere Ruhe
- Übungen, die dich im Alltag stärken und dich an dein inneres Licht erinnern

**Yvonne Göldlin** • Coaching für Herz- und Bewusstseinsentwicklung  
Tel 076/ 506 53 51  
[yvonne.goeldlin@bluewin.ch](mailto:yvonne.goeldlin@bluewin.ch)  
[www.yvonne-goeldlin.ch](http://www.yvonne-goeldlin.ch)

