



### Ont-span

Hervind je Innerlijke Rust

Haal Adem

Ont-moet jeZelf

Leer hoe je met meer aandacht, liefde en gevoel op jezelf kunt vertrouwen en vanuit een diepe liefdevolle verbinding met jezelf liefdevoller en lichter kunt leven

Open je Hart, geef ruimte aan jeZelf...

*Hola!* Mijn naam is *Connie* van Eijbergen ook wel *Joy!* genoemd

Ik ondersteun dit **InnerChange Love Yourself Retreat** van *Jasmine* met veel liefde en plezier zodat het jullie aan niets mag ontbreken deze week

Ik ben hier ook niet zomaar, ik heb zelf ook veel meegemaakt en in 2016 bij Jasmine op Ibiza terecht gekomen voor mijn eerste retraite...

Door steeds maar weer omgaan met teleurstellingen, 3 burn-outs en een depressie, niet luisteren naar mijn lichaam, niet doen wat goed voor mij was heb ik jarenlang veel ziekte, stress en lichamelijke klachten ervaren.

Door hier bewust van te worden: herkennen, erkennen, doorvoelen, helen en loslaten, ben ik veel meer geïnteresseerd geraakt in persoonlijke ontwikkeling en deze vorm van bewust maken op een ont-spannende manier. Ik bleef terug komen op de retreats en... Ik her-vond meZelf weer terug!

Waar ik in mijn vroegere werk in de zakenwereld altijd te maken had met projecten, processen en verandermanagement gericht op de buitenwereld, vond ik het steeds interessanter worden wat er voorafging in de binnenwereld bij mensen.

De verwondering, als je doorkrijgt hoe alles met alles samenwerkt, heeft mij doen besluiten mijn lering hieruit te halen. En een levend voorbeeld te zijn voor anderen door andere mensen te gaan helpen en motiveren om het beste uit zichzelf halen.

Ik ben in 2017 de Academie voor Holistisch Coachen gaan doen en langzaam uit het systeem en bedrijfsleven gegaan. Sindsdien werk ik als holistisch lifestyle coach. Ik geef meditatieve adem-en ontspansessies, AdemCirkels en coach hoog sensitieve bewuste mensen, nieuwwetijds kinderen en de mensen in hun omgeving.

Dat doe ik o.a. met de energetische astrologie van de Maya's. Ik geef Maya Teachings, Readings en Healings wat je laat herinneren wie je Zelf bent en het Zelf-herstellend vermogen aanzet. Ik werk daarbij veel met het lichaam, de ademhaling, meditatie, energie, frequentie, kristallen en een combinatie daarvan.

