

# PVOZ-LEUTH

ontspanning  
en  
zingeving



## Informatie PVOZ-Leuth

### Uitleg van de werkvormen die ik binnen PVOZ-Leuth gebruik

#### Integratieve Massage:

Integratieve massage is een massage vorm waarbij verschillende massage technieken gecombineerd worden. Dit is een massage waarbij met massage olie op de blote huid wordt gewerkt. Het belangrijkste doel is algehele ontspanning en een goede doorstroming van energie in het lichaam.

#### Coaching/Counseling:

Tijdens een coachings/counselingsgesprek bied ik een onvoorwaardelijk luisterend oor. Naast actief luisteren zal ik ook vragen stellen en gebruik maken van verschillende gesprekstechnieken. Dit om de ander te helpen verduidelijking te krijgen in een bepaalde situatie. Als coach bedenk ik niet de oplossingen voor een probleem of situatie maar help ik de ander om zelf tot oplossingen of verduidelijking te komen. Hiermee zet ik de ander in zijn eigen kracht.

Naast gesprekstechnieken kunnen we ook gebruik maken van verschillende coachings werkvormen om inzicht te krijgen in bijvoorbeeld de eigen kwaliteiten en capaciteiten. Bijvoorbeeld coachings kaarten, kernkwaliteit kwadranten of Melba. De eigen capaciteiten kunnen dan vergeleken worden met het eisen profiel van de werkplek.

#### Reiki/Healing:

Het beoefenen van Healing is voor mij het werken vanuit intuïtie en het werken met energie. Door af te stemmen op de andere persoon en zijn innerlijke wezen en energieveld (aura) kan hiermee contact gemaakt worden. Op deze manier kan er informatie komen over wat de ander nodig heeft en kan dit gegeven worden.

Reiki betekend letterlijk universele levensenergie. Het is de naam van een zeer oude methode om met handoplegging deze energie over te brengen. Tijdens een Reiki behandeling stem ik mezelf af op deze energie en geef ik deze door via mijn handen. Het is een genezende energie die helpt blokkades en verstoringen op te lossen.

Een Reiki behandeling is altijd gekleed, en kan liggend op een massage tafel of zittend op een stoel gegeven worden.

## Meditatie-Ontspanningsoefeningen:

Meditatie en ontspanningsoefeningen kunnen rust en ontspanning geven in het dagelijkse leven. Door op regelmatige basis te mediteren of ontspanningsoefeningen te doen treedt er een vermindering op in het ervaren van stress. Spanningsklachten kunnen hierdoor verminderen of verdwijnen. Een aantal van deze oefeningen kan ik u aanleren. Ook kan ik deze gebruiken in behandel trajecten.

## Wie ben ik

Ik ben Wilma Diks, sinds 2007 gediplomeerd coach/counselor.

Naast coaching/counseling houd ik me sinds 20 jaar bezig met Healing en Meditatie. Hierin ben ik van 1997-2001 opgeleid door Aart Vermeulen in Ubbergen. In 2013 ben ik ingewijd in de eerste en tweede graad Reiki, door Amy Arends Goei. Sinds 30 jaar bekwaam ik mezelf in verschillende massage technieken, dit via velerlei wegen. De opleiding tot coach/counselor heb ik gevolgd bij de "Academie voor Coaching en Counseling". Deze bestaat uit een theorieopleiding en een praktijkopleiding. De praktijk opleiding heb ik gedaan bij Ronald Schippers in Arnhem. Verder ben ik getraind en gecertificeerd in Melba en INVRA. Dit zijn meet en analyse instrumenten waarbij capaciteiten in kaart gebracht worden.

Naast de PVOZ-Leuth ben ik werkzaam als Persoonlijk Begeleider bij 's Heerenloo in Tiel. Een speerpunt in dit werk is het trainen en ontwikkelen van vaardigheden en capaciteiten bij cliënten. Het zetten van mensen in hun eigen kracht en het vergroten van hun eigenwaarde.

Ik ben ervaringsdeskundige op het gebied van vruchtbaarheidsproblematiek en adoptie.

## Zakelijk

Een gemiddelde afspraak duurt ongeveer 1,5 uur.  
De prijs hiervoor is 30,00 euro.  
Gelieve na afloop van de afspraak contant betalen.

Afspraken kunnen telefonisch, via de mail, of via Facebook Messenger gemaakt worden.

telefoon: 06 47468633  
e-mail: [wilma@ontspanning-en-zingeving.nl](mailto:wilma@ontspanning-en-zingeving.nl)  
[facebook/pvozleuth](https://www.facebook.com/pvozleuth)  
[www.ontspanning-en-zingeving.nl](http://www.ontspanning-en-zingeving.nl)

Adres:  
De Hoge Kamp 17  
6578 BB Leuth