

# Lekker leven & goed en leuk moederen

.....soms lukt het niet zoals je voor ogen hebt en zijn er vragen en twijfels zoals;

- Wat voor moeder wil ik zijn en hoe word ik dat?
- Doe ik het goed?
- Begrijp ik mijn kind?
- Ik weet het niet meer, kan ik het wel?
- Ik krijg niet voor elkaar wat ik wil!
- Hoe doen anderen het?
- Wat moet ik met alle goedbedoelde adviezen?
- .....

## **De Moedercoach helpt je op weg!**

*Voor moeders met kinderen van alle leeftijden.*

www.rilievo.nl,  
076-5220004

**Riliev** 

De kunst van het opmerken

## Hoe werkt de moedercoaching?

Je kunt kiezen uit:

- Telefonische coaching
- E-coaching (per mail)
- Ik bezoek je thuis
- Je komt naar mij
- Je komt samen met partner en kind
- Je doet mee aan de bijeenkomst met andere moeders.

## Wat levert de moedercoaching op?

- Tijd en aandacht voor je twijfels en vragen.
- Vertrouwen dat je de beste moeder bent voor je kind!
- Stap voor stap naar je ideale situatie.
- Je kind beter begrijpen.
- Praktische, dagelijks bruikbare tips.
- Een ontspannen moeder zijn.
- Goede balans tussen moederen en werken.

*Mijn naam is Marie-Thérèse de Lange, ik heb 4 kinderen, lange borstvoedingservaring, werk als zelfstandig coach/trainer en heb 10 jaar ervaring in de begeleiding van moeders. Steeds weer vind ik het fijn om moeders te ondersteunen in de worsteling om alles voor elkaar te krijgen. Ik ben benieuwd naar je ervaringen en vragen, en help je graag op weg naar je unieke manier van moeder zijn.*