

# Joke de Haan

Advies & coaching



Doe mee  
met een  
ontspannen  
middagssessie  
voor wakkere  
vrouwen:

Lekker  
leven  
met  
stress?



21 oktober,  
4 november of  
16 november

In hartje  
Den Haag,  
vlakbij de  
Grote Kerk



# Joke de Haan

Ik ben een adviseur, coach en stresscounsellor met werkervaring als manager, trainer en adviseur binnen de overheid en aanverwante sectoren.

Ook heb ik ervaring met stress als werknemer, pleegmoeder en mantelzorger.

Ik hou van het leven. Graag begeleid ik anderen in hun reflectie op het leven en bij het maken van bevrijdende keuzes



**Voor meer informatie:**

[www.jokedehaan.nl](http://www.jokedehaan.nl)

[info@jokedehaan.nl](mailto:info@jokedehaan.nl)

0654767415

# Lekker leven met stress? Kan dat?

1. Geniet van een middag voor jezelf
2. Krijg inzicht in wat stress voor jou betekent
3. Ontdek kansen om de kwaliteit van je leven te verbeteren

Een ontspannen en afwisselend programma met een informatieve quizz, gedeelde ervaringen, vorm en tijd voor privé reflectie, ontspanningsoefeningen, lifestyle tips én een plan.

Voor wakkere vrouwen die zich aangesproken voelen.  
**(6 tot 8 deelnemers)**





**Locatie middagsessie:**

De Ondernemerswinkel  
Westeinde 10  
2512 HD Den Haag  
(vlakbij de Grote Kerk)

**Kosten en tijden:**

€75,00 all-in.  
(Koffie, thee, drankje,  
bubbels, diverse  
versnaperingen en  
een verrassing)  
Van 13.00 uur  
tot 17.00 uur.

21 oktober,

4 november of

16 november

**Meld je aan of vraag  
meer informatie:**

info@jokedehaan.nl  
0654767415  
www.jokedehaan.nl

