

Ofertă BLACK FRIDAY 27-30 NOIEMBRIE 2020

1. Program Life Balance

Programul își propune îmbunătățirea stilului de viață prin identificarea potențialului propriu. Secretul unei stări de bine generale, a echilibrului în viață constă în abordarea celor patru planuri care se îmbină în existența noastră: fizic, emoțional, mental și spiritual.

Împreună putem să îmbunătățim considerabil acest echilibru!

Programul face parte din conceptul Coached to Be Happy, dezvoltat din 2015.

Program Life balance 5

Programul se desfășoară pe parcursul a 5 luni.

Luna 1:	Luna 2	Luna 3	Luna 4	Luna 5
1 întâlnire de 1h evaluare inițială stabilire plan	2 întâlniri de 40 min	2 întâlniri de 40 min	1 întâlnire de 40 minute	1 întâlnire de 40 minute
1 întâlnire de 40 min evaluare / coaching				1 întâlnire de 1h
monitorizare jurnal plan alimentar acces aplicație	monitorizare jurnal plan alimentar acces aplicație	monitorizare jurnal plan alimentar acces aplicație	monitorizare jurnal plan alimentar acces aplicație	monitorizare jurnal plan alimentar acces aplicație
suport whatsapp	suport whatsapp	suport whatsapp	suport whatsapp	suport whatsapp
Cost: 500 lei	Cost: 450 lei	Cost: 450 lei	Cost: 300 lei	Cost: 400 lei

Cost total program:

Cost program **Life balance 5** achitat lunar: 2100 lei

Cost program **Life balance 5** achitat **integral**, la începutul programului: 1700 lei

**Cost program Life balance 5 achiziționat în perioada 27-30 noiembrie
și achitat integral: 1500 lei**

Program:

- Întâlnire online – în cadrul întâlnirilor individuale se vor aborda următoarele aspecte:
 - Cântărire și măsurare
 - Educarea în privința alimentației – plan alimentar – cum mâncăm corect
 - Obiective personale, atitudini, comportamente, bariere în alegerea stilul de viață potrivit
- Jurnal alimentar – feedback săptămânal pe baza jurnalului alimentar (întâlnire/email/whatsapp)
- Aplicație: cont pe aplicație monitorizare mese – vine în completarea jurnalului alimentar
- Suport whatsapp – suport zilnic privind alimentație și motivație

Coca Staicu
coach certificat - nutriționist

tel: 0726.052.157
coca.staicu@meta4all.ro

www.coachedtobehappy.com
www.drstanstaicu.ro

2.Sesiuni de coaching

Coached to be happy

Sesiuni de coaching individuale de identificare a potențialului maxim în viața personală sau viața profesională!

Program:

- 10 sesiuni online de 45 minute
- Stabilire obiective personale
- Alinierea obiectivelor la valorile personale
- Identificare oportunități, resurse, abilități
- Plan de acțiune
- Follow up

Cost total program:

Cost program *Coached to be happy* achitat per sesiune: 2200 lei

Cost program *Coached to be happy* achitat integral, la începutul programului: 1800 lei

**Cost program Coached to be happy achiziționat în perioada
27-30 noiembrie și achitat integral: 1500 lei**

REZERVA ACUM!

Rezervă unul dintre cele două programe în perioada 27-30 noiembrie 2020 pentru a beneficia de oferta BLACK FRIDAY.

CUM?

Trimite în perioada 27-30 noiembrie 2020, REZERV nume program (*program Life Balance sau coaching*), numele tău, număr de telefon sau o adresă de email pe:

- email la coca.staicu@meta4all.ro
- messenger Facebook – Coached to Be Happy by Coca Staicu
- mesaj/whatsapp: 0726.052.157

În data de 02 decembrie 2020, te voi contacta pentru a stabili programul și modalitatea de plată.

Te gândești că succesul te va face FERICIT? Află că FERICIREA nu se măsoară prin număr de OBIECTIVE atinse, ci prin ceea ce simți atunci când îți atingi obiectivele. Pentru că fericirea vine întotdeauna din interior, nu din exterior!

Prin coaching înveți să recunoști și să simți starea de bine generată de atingerea obiectivelor tale!

Aștept să ne cunoaștem!

Coca Staicu