



REDAN COACH? NISCHA DIG MED

# Hälsa- & Livsstilscoaching

**För dig som vill göra skillnad**

Vill du jobba med hälsofrämjande arbete på individ, grupp och organisationsnivå? Behovet av coacher som arbetar med hälsa och livsstilsförändringar växer sig allt starkare. Individer och företag inser vinsterna med att satsa på hälsa för ökat välmående men också för ökad prestation. Arbetet som coach med hälso- och livsstilscoachande inriktning innebär att stötta och motivera till förändringar inom hälsa och livstil.

Efter vår tilläggsutbildning på 2 dagar, för diplomerade och certifierade coacher, kommer du direkt kunna coacha individer, grupper och organisationer i hälsa och livsstilsförändringar.

## För vem?

För dig som vill jobba med hälso- och livsstilsförändringar på individ, grupp och organisationsnivå.

## PRIS

7 000 kr, exklusive moms  
(8 750 kr, inkl moms)

## ANMÄLAN

Varmt välkommen att anmäla dig till [info@coachcompanion.se](mailto:info@coachcompanion.se)



## **PROGRAMUPPLÄGG**

Du får övning i och verktyg för:

**Livsstilsanalys**

**Stresshantering**

**Mental träning**

**Motion, sömn och kostens påverkan på hälsan**

**Välmående på arbetsplatsen**

**Identifiera ditt yrkesområde inom hälsa**

**Identifiera din nisch inom branschen**

**Paketering och prissättning till företag**

**Konkreta verktyg för att arbeta med klienter med hälsomål**

**Konkreta exempel på upplägg för hälsocoachingar**

Allt material får du digitalt så att du kan använda det direkt efter utbildningen.