

# BEING IN BALANCE®

AWAKEN YOUR POTENTIAL

## Being in Balance 'Vitality'

### Jij als vitale en energieke professional

In de huidige markt maak je als gemotiveerde en vitale professional het verschil. Als succesvolle medewerker die het beter of anders doet. Met een gezonde dosis energie en drive. Die durft uit te blinken en boven het maaiveld durft uit te komen, zodat werkgevers weer kunnen bouwen en creatief kunnen ondernemen.

Maar de realiteit leert helaas dat in de huidige hectische tijd deze vitaliteit bij veel professionals onder druk staat. Klachten als moeheid, uitgeput zijn en stress lijken meer regel dan uitzondering. *Volgens recente onderzoeken van Stanford University en The American Stress Institute zijn 90% van alle ziekten stress gerelateerd. Daarnaast is 40% van al het ziekteverzuim direct het gevolg van stress, wat ook in Nederland het geval is (bron: CBS).*



### Werken is steeds meer topsport

Als professional in een organisatie krijg je per dag dan ook vele inkomende actie triggers te verwerken via persoonlijke boodschappen, e-mails, sms-en, briefpost, telefoon, fax, etc. Maar dat is nog niet alles, afhankelijk van je functie ook nog: klanten begeleiden, stukken schrijven, plannings maken, begrotingen, vakliteratuur bijhouden, acquisitie, vergadermarathons, beleidsnotities, targets halen... en nog veel meer.

Kortom: werken wordt steeds meer topsport. Dat is een fantastische uitdaging maar als professional moet je wel uitgerust zijn met de juiste (top) conditie om deze uitdagingen effectief aan te blijven gaan om het geen 'tobsport' te laten worden.

**Being in Balance 'Vitality'** kan een krachtig antwoord betekenen om je vitaliteit en prestatievermogen als professional meetbaar én voelbaar op een optimaal niveau te brengen.

Wat is Vitaliteit? Vitaliteit is levenskracht. Vitaal zijn betekent veerkrachtig en creatief omgaan met invloeden van buiten.

Vitaliteit is een kwestie van beschikbare energie. Als energie rijkelijk en onbelemmerd aanwezig is, dan zal een optimale uitwisseling tussen lichaam en geest het resultaat zijn waardoor je optimaal kunt presteren in je werk. Dat is het doel van Being in Balance 'Vitality'.

Je batterijen opladen!



In de praktijk komt vitaal zijn er op neer dat je moet zorgen dat je fysieke, emotionele, mentale en spirituele '**batterijen**' optimaal gevuld zijn. In Being in Balance Vitality is dat het doel.

Met de Being in Balance technologie zijn we door het meten van 90 miljard stresspunten in het lijf in staat om in korte tijd een gedetailleerd beeld weer te geven van je huidige vitaliteit (en mogelijke stressbelasting) op alle orgaan niveaus, cellen en chromosomen. Naast de psycho-emotionele thema's die momenteel mogelijk saboterend werken kunnen we in de databases van de Being in Balance technologie heel precies zien welke voeding en voedingssupplementen voor jou nu geschikt zijn.

Op basis van deze scan maak je samen met je Being in Balance coach een door jou haalbaar geacht **Vitaliteitsplan**.

Op deze manier kunnen we helpen je vitaliteitsdoelstelling te realiseren zodat je 'on top of it' in je werk blijft!

**5 sessies van gemiddeld 2 uur.**

Er zit ongeveer 2 tot 3 weken tussen de sessies in en in elke sessie wordt een nieuwe body-mind scan gemaakt met de Being in Balance technologie om de progressie te meten en nieuwe aandachtspunten aan te pakken.

## Resultaten

- Méér energie en vitaliteit
- Gezonde gewoontes en gezonde leefstijl
- Meer helpende en positieve gedachtes en overtuigingen
- Meer energieresources en minder energielekken
- Betere stressregulatie
- Een persoonlijke energieplan (PEP!)
- Een persoonlijke voedingsplan geheel op maat met voor jou geschikte en ongeschikte voeding voor optimale gezondheid en prestaties
- Minder stressbelasting.

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