

# LIEFDEVOL DAGBOEK ♡ | IN 90 DAGEN NAAR EEN POSITIEVER LEVEN

Dit Liefdevol Dagboek♡ is jouw reis naar je meest positieve zelf. Elke dag start met twee dezelfde vragen, vragen die jou op een positieve manier terug laten kijken op jouw dag. De derde vraag of opdracht is elke dag anders. Dat kan gaan om leuke en lieve herinneringen. Het kan een opdracht zijn om iets te gaan doen. Ook dromen en fantaseren komt aan bod. In 90 dagen naar een positiever leven, jouw positiever leven. Even weg van alle hectiek van de dag. Verbinden met jezelf en waar jij blij van wordt. Alle antwoorden zitten in jou. Schrijvend met een pen keer je naar binnen en ontdek jij wat echt belangrijk is voor jou. Geniet! Dat gun ik jou. Ik wens jou een prachtige, gelukkige, fijne en liefdevolle reis.

## OVER DE AUTEUR

Lidy haar missie is om ervoor te zorgen dat zoveel mogelijk mensen gelukkiger worden. Coachen is haar passie en levenslust. Lidy coacht zoals ze zelf gecoacht had willen worden toen ze dat nodig had. Lidy laat zich niet tegenhouden door negativiteit. Ze gelooft in overvloed, er is voor iedereen genoeg in de wereld. Lidy heeft al veel mensen mogen helpen een betere versie van zichzelf te worden.

*“Het blijft prachtig om te zien wat voor moois persoonlijk inzicht met mensen kan doen.”*

In gesprekken neemt Lidy alle tijd en rust om jou je eigen weg te laten nemen. Daarbij is geen enkel onderwerp taboe. In een sfeer van warmte en veiligheid ontdek jij, met haar begeleiding en hulp, je eigen antwoorden en oplossingen. Jij maakt daarbij altijd je eigen keuzes. Ze helpt je om bij jouw gevoel te blijven en (weer) te functioneren als een heel mens. Lidy werkt met de Effortless coaching methodiek. Deze methodiek zorgt ervoor dat wetenschap en spiritualiteit met elkaar verbonden worden. Daarmee ontdek jij wie je bent en wat jij graag wil. Lidy haar werkwijze is actiegericht, met behulp van huiswerkopdrachten, een dagboek en coaching. Dit helpt jou naar een vrijere toekomst, een toekomst die jij in de hand hebt.

Lidy Geerts is in 1986 afgestudeerd als maatschappelijk werkster aan de Sociale Academie. Daarna volgde ze diverse coach opleidingen, waarvan de laatste Effortless Coaching. Lidy woont en werkt in Dongen. In haar vrije tijd is Lidy bezig met haar dieren, en leest en studeert ze graag. Samen met Lidy leer je van Ontmoeten naar Bewust-zijn! Het mooiste cadeau dat er is.

- titel: Liefdevol Dagboek
- auteur: Lidy Geerts
- ISBN: 978-90-8304-440-8 / 9789083044408
- uitvoering: paperback