



Gezondheidscoach



MORE QUALITY for your life.



Cursus gezondheidscoach
Module

Module

Jij als gezondheidscoach

In deze module ga je leren over;

-  **Hoofdstuk 1;**
-  Jij als gezondheidscoach;
-  Jij als RefleX Natuurlijk (w)eten coach;
-  Ben je RefleX Natuurlijk (w)eten coach dan:
-  Afspraken
-  Akkoord afspraken formulier
-  Mogelijkheden inkoop
-  Thema avonden;
-  Persoonlijke ondersteuning
-  Jij als orthomoleculair suppletieadviseur;
-  LR-teampartner van team RefleX-Zwolle
-  **Hoofdstuk 2;**
-  Werkwijze voedingstesten en E-nummer-allergietesten
-  **Hoofdstuk 3;**
-  Bijlage Intakeformulier

De ondersteunende video voor deze module [kun je hier bekijken](#).

Hoofdstuk 1

Jij als gezondheidscoach

Jij als RefleX Natuurlijk (w)eten coach

De gezondheidscoach cursus is afgerond, de plannen zijn in de maak en je bent super enthousiast en gedreven om ervoor te gaan! Het is tijd voor wat aanvullende informatie over alle mogelijkheden waar jij gebruik van kunt maken en de bijhorende spelregels zodat je kan beginnen.

Als bijlage een intakeformulier die jij kunt gebruiken bij de start van jouw consulten.



Heb jij al een eigen intakeformulier kijk dan of je er ter aanvulling vragen uit kunt gebruiken/toevoegen aan je huidige formulier.

Dit is niet zozeer een lesmodule, wel een module met kennis en praktische info die jij nodig hebt om te starten als gezondheidscoach.

Ben je RefleX Natuurlijk (w)eten coach dan:

-  Sta je achter de uitgangspunten van het programma RefleX Natuurlijk (w)eten en de werkwijze;
-  Denk je actief mee met je RNE-collega's bij vragen en uitdagingen;
-  Gebruik je het succesvolle boek 'RefleX Natuurlijk (w)eten' als onderdeel van je behandelplan in je praktijk;
-  Verkoop je het boek tegen verkoopprijs aan cliënten als zij daarmee extra geholpen zijn;
-  Blijf je zelfstandig ondernemer;
-  Streef je naar de groei en de versterking van het teamverband van de RNE-coaches;
-  Kun je de cliënten een voedings- en E-nummer-allergietest aanbieden (zie de werkwijze en het verdienmodel in de bijlage);
-  Ontvang je alle online modules van jouw cursus als een naslagwerk met achtergrondinformatie;
-  Krijg je de mogelijkheid om deel te nemen aan drie inspirerende coachdagen per jaar met steeds een ander gezondheid thema ¹;
-  Krijg je een vermelding op de website www.reflex-zwolle.nl ²;
-  Kan je voor artikelen op je eigen website gebruik maken van informatie op www.reflex-zwolle.nl ³;
-  Mag jij je na de benoeming aanmelden als RefleX-Expert. Hiermee krijg je toegang 'achter de schermen', en mag je gebruik maken van de affiliatie link voor de e-boeken uit de RefleX gezond serie;
-  Kun je gebruik maken van de aanwezige artikelen, lezing en pp presentatie. Deze ontvang je na het plannen en zichtbaar promoten van je lezing;
-  Ontvang je na het afronden van de coach cursus een coverfoto van het boek dat je kan gebruiken op je website of bij andere reclame uitingen²;
-  Betaal je geen (maandelijkse) fee.

¹ Aan de coachdagen zijn kosten verbonden. Als er niet deelgenomen wordt aan een dag is de syllabus tegen een vergoeding verkrijgbaar.

² De vermelding is gratis en alleen beschikbaar wanneer je ook op je eigen site een duidelijk vindbaar artikel met uitleg hebt staan over het programma en je jezelf bekend maakt als RNE-coach. Mocht je geen website hebben dan mag je dit ook via een bedrijfspagina op Facebook doen door 'RefleX Natuurlijk (w)eten coach bij de omslagfoto te vermelden. Mocht je dit niet



willen dan is het mogelijk om een vermelding op mijn website te krijgen zonder link, maar met naam en adresgegevens.

³ Er mogen geen aanpassingen gedaan worden aan de lay-out van het logo of de foto van het boek.

Afspraken

Het is goed om duidelijkheid te geven over je rol als RefleX Natuurlijk (w)eten (RNE) coach. Jij en ik nemen onszelf als ondernemer en als RNE coach immers serieus en willen voor ons beiden en voor het gehele team een goede en motiverende samenwerking.

Het boek en het programma RNE zijn eigendom van Celien van Dalen, eigenaresse van de orthomoleculair en natuurgeneeskundige praktijk RefleX-Zwolle. Niets hieruit mag zonder toestemming gekopieerd of overgeschreven worden.

Indien er onjuistheden m.b.t. het programma en het coach-schap van RNE worden geconstateerd op de website, Facebook-pagina of andere uitingen van de coach, dan is RefleX-Zwolle gerechtigd je hierop te wijzen en te verwachten dat deze worden gecorrigeerd.

Als er door de manier waarop jij als coach van RNE optreedt reputatieschade wordt toegebracht aan het concept, of wanneer je niet meer actief bent als RNE coach, dan is RefleX-Zwolle gerechtigd de samenwerking op te zeggen en mag je jezelf niet langer als RNE-coach profileren.

De inloggegevens voor de online cursus en het besloten gedeelte voor de RNE-coaches zijn persoonlijk en mogen niet gedeeld worden. Als blijkt dat er informatie of inloggegevens worden gedeeld, zal de gebruiker geblokkeerd worden en ook degene aan wie hij/zij de gegevens verschaft heeft.

Indien jij belemmeringen ervaart om je werkzaamheden als RNE coach goed uit te kunnen voeren, dan verzoek ik je dit kenbaar te maken, zodat we samen tijdig naar een oplossing kunnen zoeken.

Jij voert je werkzaamheden als RNE coach naar beste kunnen uit. RefleX-Zwolle, in de persoon van Celien van Dalen, is niet aansprakelijk voor resultaten in de eigen praktijk van de coaches.

De missie, visie en de algemene voorwaarden van de cursussen van RefleX-Zwolle zijn van toepassing op de coachcursus en de coachdagen. Deze zijn te vinden op: <https://www.reflex-zwolle.nl/cursussen-2/>

RefleX-Zwolle gaat zorgvuldig om met je persoonlijke gegevens. Je kunt de privacyverklaring hier nalezen: <https://www.reflex-zwolle.nl/privacy-statement/>



Akkoord afspraken formulier

Dit formulier ondertekenen en retour mailen naar info@reflex-zwolle.nl

1. Ja, ik ga akkoord met de afspraken zoals vermeld in dit document;
2. Ja, ik ga akkoord dat de volgende gegevens, of een deel ervan, op de website www.reflex-zwolle.nl worden geplaatst:



Persoonsgegevens: naam, adres, woonplaats, telefoonnummer, beroep.



Bedrijfsgegevens: bedrijfsnaam, mailadres, telefoonnummer.

Voor akkoord:

Naam:

Plaats:

Datum:

Handtekening:



Mogelijkheden inkoop

- Prijzen kunnen worden gewijzigd vanwege prijsaanpassingen.
- Korting op het boek van het programma RefleX Natuurlijk (w)eten
 - Bij aankoop 1-5 boeken: 10 % korting
 - Bij aankoop 6-10 boeken: 15 % korting
- De normale verkoopprijs van het boek is € 29,95 incl. 9% BTW
- PH-strips; die koop jij zelf in bij je eigen LR-account. Deze staan in jouw e-shop onder “verkoophulpen”.
- Een wens-droom-doelenkaart voor € 1,00 per stuk excl. 21% BTW
- Cursusmap (cursus 9 bijeenkomsten) € 37,50 per stuk exclusief 21% BTW
 - Bij aankoop 1-5 cursusmappen: 10 % korting
 - Bij aankoop 6-10 cursusmappen: 15 % korting
- Voeding en E-nummer-allergietest. Zie onderstaand hoofdstuk.

Voor alle prijzen geldt dat deze exclusief eventuele verzendkosten zijn.

Voor alle prijzen geldt dat prijsstijgingen (vanuit de leverancier) worden doorgevoerd.

Voor een overzicht van de werkwijze en de benodigde cursusmaterialen, zie de informatie in dit document.

-

Thema-avonden

Voor diegenen die via individuele begeleiding of via de groepscursus het programma RefleX Natuurlijk (w)eten hebben gevolgd, kun je themabijeenkomsten organiseren.

Van een aantal thema's is informatie beschikbaar waar jij gebruik van kunt maken. Wanneer je dit wilt organiseren neem dan contact met mij op om de details te bespreken.

Persoonlijke ondersteuning

Wil je bij de start van RefleX Natuurlijk (w)eten meer ondersteuning en begeleiding van mij? Dat kan! Via e-mail, telefoon of Zoom kunnen we veel overleggen en de begeleiding verder uitbouwen.

Wil je in jouw omgeving een informatieavond organiseren? Dat kunnen we ook samen doen! Ik kan op zo'n avond bijvoorbeeld een lezing over RefleX Natuurlijk (w)eten geven. Hierdoor krijgt je praktijk gelijk een boost!

Ik vraag hiervoor een bijdrage van € 25,00 per uur, presentatietijd en reistijd, en een vergoeding van de reiskosten à €0,28 per kilometer.



Jij als orthomoleculair suppletieadviseur

LR-teampartner van team RefleX-Zwolle

Persoonlijke LR (marketing) ondersteuning

Netwerkmarketing, klanten krijgen, partners krijgen, dat vragen andere tools en vaardigheden van je. In deze cursus heb je al een aantal vaardigheden en tools aangereikt gekregen. Misschien is dit voor jou voldoende, misschien wil je meer ondersteuning. Vanuit mijn eigen marketingervaring en mijn therapeut en coach ervaring deel ik dit graag, zonder extra kosten, met jou.

Als ik jouw upline ben binnen LR, en jij dus behoort tot team RefleX-Zwolle dan wil ik met jou samen werken en samenwerken en van daaruit groeien. Zoals bijvoorbeeld (online) coachcalls waarin ik je een stappenplan leer en je hierin coach hoe jij met LR een eigen team opbouwt. Voor jou als mijn teampartner zijn hier geen extra kosten aan verbonden.

Voor degene die behoren bij een ander LR-team vraag deze coaching aan jouw eigen teamleader of orgaleader. Ze kunnen je hier ook heel goed in coachen en ondersteunen.

Ik deel graag mijn kennis en ervaring met jou en gaan op weg naar een werkwijze die bij jouw past.

Werkwijze voedingstesten en E-nummer-allergietesten

- Het aanbieden en uitvoeren van deze testen biedt ons met RefleX Natuurlijk (w)eten een aantal voordelen t.o.v. collega coaches, consultants en bedrijven:
- Hiermee bieden wij iets unieks aan;
- Het heeft een meerwaarde voor je cliënten omdat we mogelijk de oorzaak van bepaalde klachten kunnen opsporen;
- Het heeft een meerwaarde voor je cliënten omdat we met de verworven kennis gericht kunnen werken aan hun gezondheid;
- Het is voor jou een extra manier om je cliënt te begeleiden;
- Je hebt een extra verdienmodel;
- Je kan hiermee je markt te vergroten.



Algemeen

De testen zoals hier aangeboden zijn, worden uitgevoerd met de ochtendurine van je cliënt. De test wordt uitgevoerd met behulp van de biotensor die op het elektro acupunctuur apparaat kan worden aangesloten. Hiermee wordt de individuele trilling gemeten en stellen we vast op welke middelen en stoffen een reactie plaatsvindt. De te meten stof wordt tussen het apparaat en de urine geplaatst. De uitslag geeft de mate van gevoeligheid of allergie weer. Het voordeel is dat deze werkwijze (testen met urine) minder meettijd kost en daarmee kostenbesparend is. Ook hoeft de cliënt hiervoor niet aanwezig te zijn, waardoor we ook 'op afstand' kunnen werken.

Als jullie nog andere wensen of ideeën voor testen hebben dan hoor ik dat graag. Ik zal dan kijken of er mogelijkheden zijn om deze in te passen.

Testmogelijkheden

-  Voedingsallergietest
-  E-nummer-allergietest

Ad 1. Voedingsallergietest

Veel mensen ervaren klachten waarvan de mogelijke oorzaak ligt bij een allergische of gevoelige reactie van het lichaam op voeding. De mogelijke klachten kunnen zeer divers zijn.

Ad 2. E-nummer-allergietest

Naast de voedingstest is het ook mogelijk een specifieke E-nummer test uit te voeren. De werkwijze is gelijk.

Hoe werkt het

- Jij vermeld op het aanvraagformulier van RefleX-Zwolle welke test je wilt aanvragen voor je cliënt;
- Jij vermeld op het aanvraagformulier de reden van de aanvraag;
- Jij mailt het aanvraagformulier naar mij, info@reflex-zwolle.nl;
- De aanvraagformulieren voor het urineonderzoek krijg je gemaild. Voor kinderen is er een apart inschrijfformulier;
- Jij of je cliënt mailt mij om een datum te plannen dat de urine wordt opgestuurd;
- In een (klein) glazen flesje de ochtendurine opvangen, goed verpakken en opsturen. Het is belangrijk dat dit een glazen flesje is, geen kunststof/ plastic;
- Na uitvoering van de test krijg jij als coach het rapport van de meting gemaild;



- Jij bespreekt de uitslag van de meting op in jouw behandelplan – consult met jouw cliënt;
- Jij factureert de kosten van de meting aan jouw cliënt;
- Jij ontvangt van mij de factuur met de kosten van het onderzoek, minus jouw verdienmodel. (Prijswijziging voorbehouden).

Praktische tip: kies een flesje dat door de brievenbus past. Anders moet het als pakketje worden verstuurd, wat kostbaarder is voor de cliënt.

Kosten en verdienmodel;

Test	Kosten cliënt	Verdienmodel coach inclusief 21% BTW
Voeding	€ 56,50	€ 7,50
E-nummer	€ 56,50	€ 7,50
Pakket 1 = Voeding en E-nummers	€ 82,50	€ 9,50



Bijlage Intakeformulier

Cliënt gegevens

Datum:.....

Naam:

Voornaam:.....

Geboortedatum:.....

Straat.....

Postcode en woonplaats.....

Burgerlijke staat:.....

E-mail adres.....

Telefoonnummer.....

Mobiel nummer.....

Verzekering.....

Huisarts.....

☐ Man

☐ Vrouw

Lengte:.....

Gewicht:.....

Werk:.....

Kinderen.....

Medicijngebruik/ vitamines en/of supplementen.....

Sport/hobby.....

Overig:

Bent u onder controle van een arts, zo ja welke.....

Speciaal dieet.....

Heeft u een voorkeur of afkeur voor zoet, zuur, pikant, bitter?(voeding vaak apart – voedingsdagboek).....

Zijn er spijzen en/of dranken die u niet goed liggen?

Drinkt u koffie? Hoeveel?

Wat drinkt u op een dag/ Hoeveel water drinkt u per dag/ 2liter (1mok = gem 250 c)

Rookt u, zo ja hoeveel.....

Drinkt u alcohol, zo ja hoeveel.....



Is er een regelmaat of patroon in uw klachten te ontdekken?

.....

Als u pijn heeft, wat is dan de aard van de pijn? (Stekend, brandend, zeurend, schietend, kloppend, beklemmend).....

Welke omstandigheden geven verbetering? (bv: warmte, kou, rust, beweging, eten, houding, fysieke of psychische belasting, ontspanning)

.....

En welke geven verergering?.....

Word u 's nachts wakker? Zo ja, hoe laat?

Zijn er momenten op een dag van inzinking?

Welke ziekte, gebeurtenis, operatie was de laatste voor uw huidige klachten begonnen?

.....

Heeft u naast uw hoofdklacht ook bijkomende klachten?

.....



Ziektegeschiedenis:

Welke ziekten, operaties, ongevallen en behandelingen u in uw leven heeft gehad, ook kleine ongevallen zoals bv. verstuikingen en kleine operaties.

Bezoeken aan landen buiten Europa.

Belangrijke ontwikkelingen in uw leven die eventueel van invloed kunnen zijn op uw gezondheid (denk aan echtscheiding, overspannen, depressies).

Leeftijd/ jaar

Ziekte/klacht/zwangerschap/ontwikkeling

.....

Familiaire ziekten:

Erfelijke aandoeningen (hart- en vaatziekten, reuma, suikerziekte etc.) en

niet-erfelijke aandoeningen

Moeder:

Vader:

Overige familieleden:

Wilt u in onderstaande tabel aankruisen welke punten op u van toepassing zijn? Indien er meerdere mogelijkheden zijn doorstrepen wat n.v.t is.

De linker kolom/rondje is voor oude klachten, de rechter voor recente klachten.



- | | |
|---|--|
| 0 0 hoofdpijn: dagelijks/wekelijks/maandelijks
waar in het hoofd? | 0 0 darmontsteking |
| 0 0 migraine | 0 0 verstopping/ obstipatie |
| 0 0 slaapproblemen | 0 0 opgeblazen gevoel |
| 0 0 overdag slaperig | 0 0 opgezette buik |
| 0 0 meer behoefte aan slaap | 0 0 winderigheid |
| 0 0 minder behoefte aan slaap | 0 0 buikpijn/krampen |
| 0 0 geen trek in eten | 0 0 diarree |
| 0 0 veel of meer trek in eten | 0 0 bloed bij ontlasting |
| 0 0 gewichtsverandering: toename/afname | 0 0 is uw ontlasting; regelmatig/
onregelmatig/ brijig/donker/licht |
| 0 0 duizeligheid/ neiging tot flauwvallen door lage
bloeddruk/ voor of na het eten | 0 0 chronische darmklachten |
| 0 0 concentratie slechter door vermoeidheid/ouderdom | 0 0 misselijkheid |
| 0 0 tekortschieten geheugen | 0 0 maagzweer |
| 0 0 slechte concentratie en geheugen | 0 0 maagzuur |
| 0 0 vermoeidheid: continu/ochtend/middag/avond | 0 0 overig maagproblemen..... |
| 0 0 allergie/ hooikoorts | |
| 0 0 opgezette klieren | |
| 0 0 dubbel/ vaag zien | |
| 0 0 bril of contactlens dragend | |
| 0 0 chronisch hoesten | 0 0 startpijn spieren gewrichten |
| 0 0 chronisch verkouden | 0 0 bewegingsbeperkingen |
| 0 0 astma /astma bronchiale | 0 0 gespannen/slappe spieren |
| 0 0 bronchitis | 0 0 gewrichtsontstekingen |
| 0 0 keelpijn/ontstekingen | 0 0 lage rugpijn |
| 0 0 braken | 0 0 chronische pijn |
| 0 0 bijholteontstekingen | 0 0 nekpijn |
| 0 0 oorsuizen | 0 0 tintelingen/uitstraling |
| 0 0 kno infecties | 0 0 jicht |
| 0 0 amandelen knippen | 0 0 hernia |
| 0 0 in contact (geweest) met giftige stoffen,
zo ja welke..... | 0 0 ischias |
| | 0 0 gewrichtspijnen |
| | 0 0 spierpijnen/krampen |
| 0 0 vocht vasthouden | |
| 0 0 hoge/lage bloeddruk | 0 0 eczeem/uitslag |
| 0 0 hartritmestoornissen | 0 0 snel blauwe plekken |
| 0 0 hartkloppingen | 0 0 droge huid/transpiratie |
| 0 0 hartfalen | 0 0 jeuk |
| 0 0 hartaanval | 0 0 eczeem met ontstekingen |
| 0 0 overige hartproblemen | 0 0 snel brekende /slechte groei nagels/
haar |
| | 0 0 psoriasis |
| 0 0 overige hartproblemen door emoties | 0 0 overig huidproblemen |
| 0 0 aderontstekingen | 0 0 allergie massageolie |
| 0 0 trombose | 0 0 witte vlekjes op de nagels |
| 0 0 aderverkalking | |
| 0 0 pijn/beklemmend gevoel op de borst | |
| 0 0 opgezette klieren | 0 0 suikerziekte |
| 0 0 koude handen | 0 0 schildklier snelle/ trage werking |
| 0 0 koude voeten/ benen | |
| 0 0 spataders/ aambeien | |
| 0 0 nierinfectie/nierstenen/ nierproblemen | 0 0 zenuwachtigheid |



0 0 pijn bij het plassen
 0 0 veel/ weinig plassen
 0 0 incontinentie
 0 0 bedplassen
 0 0 prostaatklachten
 0 0 blaasontsteking
 0 0 verandering urine
 0 0 geslachtsziekte
 0 0 opvliegers
 Leeftijd eerste menstruatie:.....
 Zwanger Nee/Ja
 Kinderen Nee/Ja:
 0 0 verloop zwangerschap voorspoedig
 0 0 pijnlijke menstruatie
 0 0 onregelmatige menstruatie
 0 0 langdurige menstruatie
 0 0 premenstrueel syndroom
 0 0 pijnlijke borsten
 0 0 baarmoederpoliepen
 0 0 overgangsklachten
 0 0 prostaatklachten
 0 0 seksuele problemen

0 0 depressies
 0 0 vitaliteit minder/ hoger/ matig
 0 0 rustig/ kalm
 0 0 geen interesse in hier en nu
 0 0 concentratiezwakte
 0 0 angst/ angstdromen
 0 0 veel piekeren
 0 0 besluiteloos
 0 0 geïrriteerdheid/ prikkelbaar
 0 0 lusteloos
 0 0 groot optimisme
 0 0 niet optimistisch/niet pessimistisch
 0 0 pessimistisch
 0 0 wisselende stemmingen
 0 0 rusteloos
 0 0 verdrietig
 0 0 overig gesteldheid.....

 0 0 kinderziektes welke;.....

0 0 vaccinaties welke en eventuele reacties hierop.....

Overige van belang zijnde opmerkingen:.....

Wat zijn je belangrijkste waarden en normen, waar word je blij van, wat zou je willen veranderen?

.....

Wanneer ervaar je eten positief, wanneer ervaar je eten negatief, hoe voelt dat in je lichaam?.....

Vertel iets over je eetgewoonten.

Vertel over je persoonlijke eetgewoonten m.b.t ontbijt, lunch, diner, tussendoortjes. Wanneer ga je “de fout” in, bij welke gebeurtenis of emotie is dat, is ook dit een gewoonte geworden, wat zijn je overtuigingen over jezelf, over gezond, hoe groot is de invloed op je eten vanuit je sociale omgeving eten etc.

.....



Ben je blij met je eigen lichaam, heb je respect voor je lichaam, vind je het moeilijk te luisteren naar wat er in je lichaam gebeurt?

.....

Wat zijn jouw voeding – lijnervaringen?

Vertel wat over je persoonlijke ervaringen m.b.t voedingsprogramma's, lijnen, hoe ging het, wat waren de resultaten, hoe voelde je hierbij, wat vertelt jou je innerlijke stem, ervaar je zelf angst om weer opnieuw te beginnen, angst of onzekerheid of het gaat lukken, heb je je na vorige lijnperiodes geschaamd dat het niet of onvoldoende gelukt is.

.....

In welke ruimten van je huis eet je altijd, soms, nooit?

.....
.....



Hoe vaak heb je al een voedingsprogramma, dieet of crashdieet gevolgd?

.....

Weet je of je vroeger als baby en als kind een tevreden baby/ kind was, at je goed als baby/ kind.

.....

Wat zijn probleemsituaties bij het eten?

.....

Hoe ging men vroeger thuis met eten om? Kreeg je een snoepje als beloning? Moest je je bord leeg eten? Kreeg je straf als je niet wilde eten?

.....



Op een mooie samenwerking!

Met onze gezamenlijke missie:
'Samen op weg naar een gezond(er) Nederland'



"Wees zelf de verandering die je in de wereld wilt zien"
Ghandi

The graphic consists of a large red heart on the left, which is partially cut out to reveal a white heart underneath. To the right of the heart is a network diagram showing numerous small circular icons of people's faces, each with a different colored background, connected by thin black lines to form a complex web. The RefleX Zwolle logo is visible in the bottom left corner of the graphic area.

RefleX-Zwolle; netwerkmarketing vanuit verbinding en samenwerking
Gezondheid met natuurlijke zorg

Heb je vragen? Stel ze gerust, ik help je graag.



Met gezonde groet, tot snel.

Celien van Dalen

info@reflex-zwolle.nl

06-53945165

www.refleX-zwolle.nl

www.reflex-leren.nl



Copyright:

De teksten en foto's zijn eigendom van RefleX-Zwolle, Celien van Dalen en mogen dan ook niet zonder toestemming op geen enkele wijze gebruikt, gescand of gekopieerd worden.

