



TRINE ÅLDSTEDT.NO

## Sjelscoaching

er en helhetlig prosess, som går bakenfor de mentale mønstrene, bevisste tolkningene og kaoset i hodet, som ofte binder oss og skaper problemer for oss. Svar og løsninger ligger i vår indre kjerne, og det er nettopp kontakten med den vi lett mister i hverdagen.

I sjelscoaching kombinerer jeg klarsyn med coaching teknikker og erfaring. Du får en reading og så coacher vi på basis av det.

Sjelscoaching er vakkert, berører dypt, fordi det er ditt eget ubevisste som kommuniserer til deg. Du vil oppleve det som en kjærlighetskraft full av visdom, i en trygg ramme.

Sjelscoaching har dyp, god effekt og gjør personlig utviklings prosesser raskere.

Du kan bestille sjelscoaching som enkeltstående møte eller i en pakke over fire møter á en time. Pakkepris er 9.000,- inkl. mva, og betales i forkant av første møte. Enkeltstående møte koster 2.500,- inkl. mva.

<https://www.trinealdstedt.no/store/FHgyBWUE>

Før første møte har vi noe dialog om hva du ønsker deg og har behov for.

Vi kan jobbe via nett, telefon, eller du kan komme til meg\*. Jeg har lokaler sentralt ved E6 på Skedsmokorset, 10 min fra Lillestrøm og ca. 20 minutter fra Oslo.

Kontakt meg på [trine@trinealdstedt.no](mailto:trine@trinealdstedt.no) for avtale om tid.

