



Ervaringen van anderen

"Hey Sanne en Henry, dank jullie wel voor afgelopen weekend. Ik heb oprecht heel erg genoten! Ondanks alle weerstand en spanning die ik afgelopen weken heb ervaren. Iets met geen controle hebben en loslaten...? Dit weekend heeft me veel gebracht, iets wat ik niet had verwacht! Dit had van mij achteraf gezien nog wel een paar dagen mogen duren! Ik kruip weer gauw in mn bubbeltje. Nogmaals dank! 🧡"

"Ik voel me echt als herboren. 🥰🌹 Ik pluk de dag!"

"Lieve Henry en Sanne, DANK voor t fijne weekend. ❤️ Een weekend wat voor mij wel pittig was om niet te communiceren 😞 zo tegen mijn nature aard in. Maar t heeft mij zeker wat gebracht en nog steeds. Voel me heerlijk vandaag! Ondanks dat een stilte weekend niet mijn ding is, heeft het me zeker voor nu al genoeg gebracht ❤️. Ik ga echt vaker mijn telefoon aan de kant leggen. Heb vanmorgen pas mijn appjes bekeken en niet gister (goed hè). En ik ga vooral meer bewust genieten van mijn lieve gezinnetje en alles eromheen. Ik durf nu moeilijke onderwerpen bespreekbaar te maken op mijn werk. Had dit zonder dit traject nooit zo durven uitspreken. Bedankt voor alle gesprekken en aandacht dit weekend! "



Ervaringen van anderen

"Het YHM Weekend is een aanrader! Het programma is goed samengesteld en de coaches begeleiden je op professionele wijze naar rust in je hoofd. De stilte helpt je om volledig op te laden; mentaal, emotioneel en fysiek. Je komt jezelf echt ook wel tegen, maar de coaches zijn daar perfect op voorbereid en staan voor je klaar."

"Ik heb het All-inclusive traject afgerond en heb dat als zeer waardevol ervaren. Het daarbij horende retraite weekend in stilte sloot heel goed aan op de sessies. Het heeft mij inzichten en handvatten gegeven over mijzelf en vastgeroeste copingmechanismen. ACT heeft mij gebracht wat ik nodig had. De sessies waren heel warm en verhelderend. Gelijkwaardig. Dankjewel daarvoor."

"Wat een bijzondere ervaring heb ik gehad tijdens het YHM Weekend. Ik wist niet goed hoe ik het zou vinden, vond het spannend, maar ben zo blij dat ik gegaan ben! ❤️ De inspiratiesessies waren heel helpend en een onmisbare aanvulling op de sessies die ik aan tafel al had gehad. Juist omdat het in een andere omgeving was, een fijne sfeer, kwam ik los van mijn vastgeroeste patronen. Henry en Sanne, dank jullie wel!"