

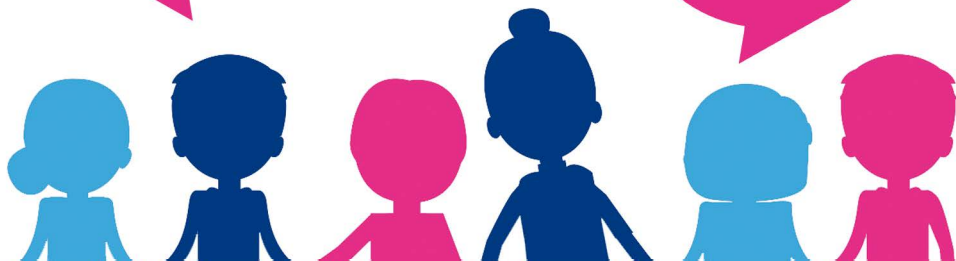
Een duurzame leefstijl met **Lift je leven**

Is het tijd om het roer om te gooien? Wil je gezonder leven en meer geld overhouden? Je leven niet laten leiden door de ene crisis na de andere die je somber maakt?

Het Lift je Leven programma helpt je om bewuster en effectiever te worden op het gebied van Geld, Groen & Gezondheid. Je krijgt handvatten waarmee je zorgt voor een duurzamere leefstijl.

Ik heb een
boost in
zelfvertrouwen
gekregen.

In één jaar
tijd heb ik
€5.000 schuld
afgelost!



Goed met Geld, Groen en Gezondheid

Wie zijn leefstijl wil aanpassen zoekt naar oplossingen op het gebied van geld besparen, energie, wonen, sociale contacten, identiteit en zelfrespect. Het Lift je leven programma richt zich daarom op drie onderwerpen: **Goed met Geld, Goed met Groen en Goed met je Gezondheid.**

Het programma bestaat uit **12 bijeenkomsten**. Je werkt in een vaste groep van ongeveer **8 personen**. Deelnemers hebben soms meer affiniteit met het ene onderwerp dan het andere, waardoor ze elkaar kunnen inspireren. Je zult merken dat je zelf ook bruikbare kennis en ervaring in huis hebt voor andere deelnemers.

Wat zijn de resultaten?

- Je kan concrete doelen stellen en je weet deze te realiseren
- Je wordt **sterker en positiever**
- Je pakt je problemen beter aan
- Je bent je **meer bewust** van jezelf en je omgeving
- Je gaat beter om met Geld, Groen en je Gezondheid
- Je leert nieuwe mensen kennen

Iets voor jou?

Het programma is bedoeld voor iedereen die klaar is voor een **duurzame verandering van zijn leefstijl**. Of je nu geldproblemen hebt of niet, een opleiding hebt afgerond of niet, **iedereen doet mee**. Heb je een open houding om te leren en te werken aan persoonlijke doelen? Dan is het Lift je leven programma iets voor jou!

“Ik had niet gedacht dat ik op het onderwerp ‘Groen’ zo veel zou leren. Zo heb ik nu de helft van mijn schoonmaakmiddelen weggegooid, die gebruik ik niet meer. En dat scheelt ook nog eens in mijn portemonnee!” - Wahiba, deelnemer

Sterk Papendrecht • Veerweg 127

T: (078) 615 47 41 • E: info@sterkpapendrecht.nl

www.sterkpapendrecht.nl