Vragen voor kennismakingsgesprek

Ja wat leuk dat je kennis wilt maken om te ontdekken wat ik voor jou kan betekenen!!!

Ik ben enorm benieuwd naar jou en om die reden heb ik dit formulier opgesteld. Vul de vragen zo uitgebreid, concreet en eerlijk mogelijk in, daar hebben we beide het meeste aan.

Nadat ik je antwoorden heb ontvangen neem ik zo snel mogelijk contact met je op om je te laten weten of ik denk dat ik jou kan helpen. Meestal is dat zo en dan mail ik je met een aantal tijden waarvan jij er eentje kunt uitkiezen zodat ik jou bel. En dan kan het aftellen naar de kennismaking beginnen!

Het invullen en de kennismaking zelf zijn vanzelfsprekend vrijblijvend.

Liefs, Gabby

Je naam (voor- en achternaam)\*

---------------------------------------------------------------------

Je geboortejaar\*

---------------------------------------------------------------------

Je e-mail adres\*

--------------------------------------------------------------------

Je telefoonnummer\*

--------------------------------------------------------------------

Hoeveel uur slaap je gemiddeld per nacht?\*

-------------------------------------------------------------------

Hoe lang duurt het voordat je inslaapt gemiddeld?\*

-------------------------------------------------------------------

Wordt je ’s nachts wel eens wakker?  Zo ja hoe vaak? Waarvan?

Lukt het je om dan weer in te slapen?\*

------------------------------------------------------------------

Is er wel eens een nacht dat je niet slaapt maar wel probeert? Dus niet door reizen of nachtdienst?\*

-----------------------------------------------------------------

Draai je nachtdiensten?\*

-----------------------------------------------------------------

Neem je (slaap-) medicatie in? Zo ja welke?\*

----------------------------------------------------------------

Neem je voedingssupplementen in? Zo ja welke?\*

----------------------------------------------------------------

Wat heb je zelf al geprobeerd en met welk resultaat?\*

------------------------------------------------------------------

Ben je bereid je voedings-,en leefstijl aan te pakken voor een betere nachtrust?\*

Voor mij zijn dieren en natuur erg belangrijk, dit wil niet zeggen dat ik verwacht dat je vegetariër wordt, ik wil graag kijken wat er *wel* mogelijk is in jouw unieke situatie.

----------------------------------------------------------------

Op een schaal van 1 tot 10, hoe groot zijn de problemen die je nu ervaart, wat voor cijfer geef jij je vermoeidheid?\*

Slapen? Alleen al van het woord vallen mijn ogen dicht….

O 1

O 2

O 3

O 4

O 5

O 6

O 7

O 8

O 9

O 10

Ik heb van alles al geprobeerd, slapen is voor mij een ramp.

Hoeveel ben je bereid om te investeren in beter slapen?\*

O ik heb geen enkele mogelijkheid om in mijn slaap te investeren

O Het mag hooguit  €100,00 kosten, meer gaat echt niet.

O Voor € 500,00 wil ik toch wel een stuk beter slapen.

O Het maakt me niet uit wat het kost, ik wil snel een goed resultaat, ongeacht de kosten.

Wat zou voor jou al een hele verbetering zijn?\*

---------------------------------------------------------------

Zijn er nog dingen die je wilt toevoegen zodat ik een compleet beeld krijg?

---------------------------------------------------------------

**VERZENDEN naar:**

gabby@leefstijlcaochgabby.nl