

## Algemene Voorwaarden voor Coaching bij Outstanding Health & Care

### 1. Inleiding

Deze algemene voorwaarden zijn van toepassing op alle coaching diensten geleverd door **\*\*Outstanding Health & Care\*\***. Door gebruik te maken van onze diensten, stemt de klant in met deze voorwaarden. Outstanding Health & Care biedt gezondheids- en welzijnscoaching aan, gericht op het ondersteunen van cliënten bij het realiseren van levensstijl veranderingen ter verbetering van hun gezondheid en welzijn.

### 2. Ondersteuning voor Cliënten

Gezondheidscoach ondersteunt cliënten in het maken van levensstijl veranderingen met als doel hun gezondheid en welzijn te verbeteren, rekening houdend met het feit dat ieder individu een eigen visie heeft op wat dit betekent. In onze dienstverlening:

- Erkennen we de cliënt als de expert van zijn of haar eigen leven.
- Houden we rekening met de behoeften en ambities van de cliënt.
- Maken we gebruik van een op sterke punten gebaseerde aanpak om de capaciteiten van de cliënt te versterken.
- Stimuleren cliënten om eigenaarschap over hun gezondheid te herpakken.

### 3. Rol van de Gezondheidscoach

Binnen mijn rol als gezondheidscoach kun je van mij verwachten:

- De coach werkt samen met cliënten om te helpen bij het visualiseren en in kaart brengen van wat ze werkelijk willen bereiken.
- Luistert aandachtig naar de cliënt en benadrukken wat hen intrinsiek motiveert.
- bekijkt de cliënt als geheel en bekwaam, met onbenut potentieel voor verandering.
- Ondersteund de cliënt bij het realiseren van hun doelen, waarbij we de wijsheid en kennis van de cliënt respecteren bij het zoeken naar oplossingen.



Binnen mijn rol als gezondheidscoach zal ik niet en zal ik geen:

- Diagnoses maken of advies geven .
- De cliënt naar een 'beste' oplossing leiden.
- De cliënt zien als "gebroken" of iemand die gerepareerd moet worden.
- Een set doelen voor de cliënt bepalen; de cliënt bepaalt zelf zijn of haar doelen.

#### 4. Kernprincipes van Coaching

mijn coaching is gebaseerd op de volgende kernprincipes:

- **Positieve bekrachtiging:** Gezondheidscoaches gebruiken affirmaties om de vaardigheden, inspanningen en capaciteiten van de cliënt te benadrukken en te versterken.
- **Ontdekken van het 'waarom':** De coach helpt de cliënt zijn of haar persoonlijke waarden, redenen en motivatie om te veranderen te ontdekken.
- **SMART-doelen:** Gezondheidscoaches helpen cliënten om grotere, zelfgedefinieerde doelen op te delen in haalbare en gereguleerde stappen, gebruikmakend van SMART-doelen (Specifiek, Meetbaar, Acceptabel, Realistisch, Tijdgebonden).

#### 5. Kerncompetenties van de Coach

Als coach opereer ik volgens de volgende professionele standaarden:

- **Fundament leggen:** Het naleven van ethische richtlijnen en professionele normen.
- **Co-creëren van de relatie:** Vertrouwen en intimiteit opbouwen tussen coach en cliënt, met een actieve en empathische coaching aanwezigheid.
- **Effectief communiceren:** Door middel van actief luisteren, open vragen stellen en directe communicatie.
- **Leren en resultaten bevorderen:** Door het creëren van bewustwording, het ontwerpen van acties, planning, doelstellingen en het beheren van voortgang en verantwoordelijkheid samen met cliënt.



## 6. Samenwerking tussen Cliënt en Coach

Het partnerschap tussen de cliënt en coach is gebaseerd op gelijkwaardigheid en respect.

De coach:

- **Begrijpt de reikwijdte van zijn/haar praktijk:** Wanneer nodig, zal de coach cliënten doorverwijzen naar andere gezondheids-, welzijns- of beweging professionals (bijv. diëtisten, psychologen, artsen e.d.).
- **Zorgt voor een sterke partnerschap:** Door ervoor te zorgen dat de cliënt zich gehoord en begrepen voelt, wordt vertrouwen en wederzijds respect opgebouwd.
- **Toont onvoorwaardelijke positieve waardering:** Elke cliënt wordt zonder oordeel benaderd, met erkenning van eventuele vooroordelen die de relatie zouden kunnen verstoren.
- **Empathie:** De coach toont oprechte interesse en inzet om het interne perspectief van de cliënt te begrijpen.

## 7. Vertrouwelijkheid

Alle informatie die tijdens de coachingsessies wordt gedeeld, wordt vertrouwelijk behandeld. Informatie wordt alleen gedeeld met derden met uitdrukkelijke toestemming van de cliënt, tenzij er een wettelijke verplichting bestaat om informatie openbaar te maken.

## 8. Verantwoordelijkheden van de Cliënt

- De cliënt is verantwoordelijk voor zijn of haar eigen beslissingen en acties.
- De cliënt stemt ermee in actief deel te nemen aan het coachingsproces en eerlijk te communiceren over hun voortgang en eventuele obstakels.
- De cliënt begrijpt dat de coach geen medische of voedingsadviezen geeft, en dat hij/zij indien nodig professionele hulp zal inroepen.



## 9. Betalingsvoorwaarden

De tarieven voor coaching diensten worden vooraf overeengekomen en vastgelegd in een coachingscontract. Betalingen dienen vooraf of volgens de afgesproken termijn te worden voldaan. Sessies die korter dan 24 uur van tevoren worden geannuleerd, kunnen worden gefactureerd.

## 10. Beëindiging van de Overeenkomst

Beide partijen hebben het recht om de coachingsrelatie te beëindigen met een schriftelijke kennisgeving van 30 dagen. Eventuele resterende sessies zullen naar rato worden terugbetaald, tenzij de annulering door de cliënt voortijdig gebeurt zonder geldige reden. Geldige redenen zie algemene voorwaarden personal training

## 11. Geschillenbeslechting

Eventuele geschillen die voortvloeien uit deze overeenkomst zullen worden opgelost door middel van bemiddeling of arbitrage (zie algemene voorwaarden personal training) , tenzij anders schriftelijk overeengekomen door beide partijen.

Deze algemene voorwaarden zijn opgesteld om een duidelijk kader te bieden voor de samenwerking tussen Outstanding Health & Care en haar cliënten, met als doel een succesvolle en respectvolle coachrelatie op te bouwen.

