

Literatuurlijst opleiding Leefstijlcoach

Voorjaar 2022

Deze opleiding is inclusief lesmap en exclusief onderstaande literatuur. De literatuur hoeft niet te worden aangeschaft, maar dient wel te worden gelezen.

De literatuur kan worden besteld bij YouBeDo.com tegen de gebruikelijke prijs. YouBeDo.com doneert echter tot 12% van het aankoopbedrag aan een goed doel naar keuze.



Klik op [deze link](#) om de literatuurlijst bij YouBeDo te openen.

VERPLICHT

Voor de start lezen

Titel: De Levenscode

Auteur: Albert Sonnevelt

ISBN: 9789081856522

Titel: Leefstijlcoaching (kernvragen bij gedragsverandering)

Auteur: Maarten Bijma en Max Lak

ISBN: 9789031388585

Tijdens de opleiding lezen

Titel: Hét handboek voor de leefstijlcoach

Auteur: Karine Hoenderdos

ISBN: 9789090334189

Titel: Handboek coachen bij stress en burn-out

Auteur: Annita Rogier

ISBN: 9789024404025

Titel: Slaap

Auteur: Matthew walker

ISBN: 9789044540345

Titel: Eet als een expert

Auteur: Marijke Berkenpas

ISBN: 9789021571539

Titel: Laat je hersenen niet zitten
Auteur: Erik Scherder
ISBN: 9789025307219

Titel: Oplossingsgericht Coachen
Auteur: Insoo Kim Berg
ISBN: 9789058718174

TER INSPIRATIE

- Anatomie en fysiologie van de mens, Ludo Gregoire en Agnes van Straaten-Huygen, ISBN: 9789006435450
- Handboek Leefstijlgeneskunde, Maaike de Vries en Tamara de Weijer, ISBN: 9789036823234
- Gek op stress, Suzan Kuijsten & Carolien Hamming, ISBN: 9789090305684
- Hoe word je 100, William Corvriendt, ISBN: 9789491729201
- Meer rust, Meijke van Herwijnen, ISBN: 9789000358748
- Verademing, Bram Bakker & Koen de Jong, ISBN: 9789492798633
- Slapen is niets doen, Aline Kruit, ISBN: 9789492798633
- 77 Fabels en feiten over onze voeding, Hans Kraak. *Alleen als e-book.*
- 77 Fabels en feiten over afvallen, Hans Kraak. *Alleen als e-book.*
- (H)erken je honger, Marie-José Torenvliet, ISBN: 9789492528117
- Zitten is het nieuwe roken, Katja de Bruin, ISBN: 9789044536942
- Coachen met een leeg hoofd, Nicolette Kat, ISBN: 9789089650023
- Bezielend Coachen, Adriaan Hoogendijk, ISBN: 9789047009689
- De Creatiespiraal, Marinus Knoope, ISBN: 9789080467712
- Therapeut in de praktijk, Ria Teeuw, ISBN: 9789020204780
- Positieve groeikaarten, Miranda Zaad en Jennifer de Jonge, te bestellen via www.toolsforcoaching.eu