



Joakim är Kommunikolog, och tränad på att känna igen och beskriva nycklar som leder till framgång respektive misslyckande, för att lättare kunna särskilja dessa. Både på individ – och organisationsnivå. Joakim är utbildad bl.a hälsopedagog, personlig tränare, och cert massageterapeut samt HLR – Instruktor. Hälsa är ett ämne som ligger han mycket nära om hjärtat och som han älskar att fördjupa sig i.

Joakims största intresse är att hjälpa människor till förbättring. Både när det handlar om att förbättra sina kostvanor, att börja träna eller om det handlar om att förändra/förbättra sina tankemönster. Eller varför inte lära sig att hjälpa andra själv.... Att rädda andras liv. Det är en kunskap som alla människor borde ha.

Joakim arbetar både med individer och med grupper. Att vara i balans kan innebära olika för olika människor. Han ser till att titta på så många pusselbitar i ditt livspussel som möjligt, samt strävar efter att erbjuda nycklarna du behöver för att finna din väg till förändring. Med hjälp av stor erfarenhet samt olika ledord såsom flexibilitet, eget ansvar, ärlighet och humor, guidar han dig/er med stor passion igenom djungeln av information/kunskap så att ni på ett lätt igenkännligt sätt kan förstå och ta in informationen.

Joakim kan erbjuda skräddarsydda :

Kostföreläsningar om rawfood, mat som medicin, kosttillskott mm.

Teambuilding, Gruppäventyr.

Hjärt och lungräddningsutbildningar och första hjälpen

Personlig träning / Rehabträning

Massage / Idrottsmassage

Jocke kan på massa olika sätt hjälpa dig att coacha dig till en framtida förändringsresa, där du är nöjd passagerare och får ut massor av kunskap på vägen ..

