

Velkommen til



Alliance Røyken

OPTIKK - UR - GULL

**OPTIKK**

- Våre optikere har lang erfaring og utfører synsundersøkelser og kontaktlinsetilpasninger i et godt utstyrt synsprøverom
- Vi har et bredt utvalg av innfatninger, kontaktlinser, solbriller og kikkerter
- Vi leverer databriller og vernebriller til bedrifter. Ta kontakt for avtale.

**UR**

- Vi utfører batteriskift og enkle reparasjoner på klokker
- Vi har god kontakt med urmaker som utfører mer avanserte reparasjoner
- Godt utvalg av klokker til dame, herre og barn, i tillegg til vekkerklokker og klokkeremmer

**GULL**

- Vi har et bredt utvalg av gull, diamanter, sølv og bijouteri, i tillegg til dåpsartikler, sølvbestikk, bunadsølv, smykkeskrin og andre gaveartikler
- Reparasjoner av smykker tas i mot

**Alliance Røyken AS**

Røyken Sentrum, 3440 Røyken  
Tlf 31 28 56 00  
E-post: [post@allianceroyken.no](mailto:post@allianceroyken.no)

**Åpningstider:**  
Man-fre 10-20  
Lør 10-18

**Alliance Optikk Tofte**

Østre Strandvei 17, 3482 Tofte  
Tlf 94 00 88 98  
E-post: [tofte@allianceroyken.no](mailto:tofte@allianceroyken.no)

**Åpningstider:**  
Tirs og tors 10-17

[www.allianceroyken.no](http://www.allianceroyken.no)

**En svak duft av tente stearinlys treffer neseborene når jeg går inn i lokalene til coach og forfatter Ellen Vahr. Jeg har hørt en del om hva coaching er. Nå skal jeg føle hva det vil si å bli coachet av en av Norges mest ettertraktede på sitt felt.**

**RINGENE:**

Ellen guider meg rundt i sitt eget ringsystem.

**DE ROSA SKOENE:**

- Disse skoene representerer begynnelsen for meg, sier Ellen

**FEMININT:**

Det er mye rødt og rosa i Ellens verden.



Stemmestadtannlegene



Rune Solheim &amp; Frank O Nygård

Frank Nygård er nå her hver dag.

Vi ønsker nye og gamle pasienter hjertelig velkommen  
Ved timebestilling ring oss på 31 28 10 85 eller send en e-post til  
[post@stemmestadtannlegene.no](mailto:post@stemmestadtannlegene.no)

Vi tar imot deg med godt humør  
Så du er velkommen innom vår dør

Åpent fra 07:30 - 15:30 Ødegårdsbakken 2

## En time i Ellens ringer

**Finn Hjalmar Pedersen**

[finn.hjalmar.pedersen@rha.no](mailto:finn.hjalmar.pedersen@rha.no)

- Velkommen inn i min feminine verden, sier Ellen med et smil når jeg kommer inn. Når jeg henger av meg hatt og frakk ser jeg at hun absolutt ikke overdriver, hvite vegger i en gammel oppusset villa med markerte innslag av rosa. Enten det er i bilder eller andre effekter. Ikke overdrevet, eller sukkersøtt, men markert feminint.

**Drømmer**

Ellen jobber mye med hva folk drømmer om. Hun har hjulpet mange til å starte opp sitt eget firma eller til å realisere det de drømmer om. Vel nede i de behagelige stolene ved vinduet på et coachingrom, må jeg svare på hva mine drømmer er. Ellen lytter og skriver. Noter og reagerer på hva jeg sier. Det er ikke bare en profesjonell som sitter i stolen overfor meg. Det er også et menneske.

- Hva er det som hindrer deg fra å nå drømmene dine? spør hun.

Det er et av flere krevende spørsmål hun stiller i løpet av den drøye timen vi holder på. Tankene går på høyttaler i store deler av samtalen. Coaching er ikke bare krevende for coachen.

**Ringer**

Ellen reiser seg fra stolen, finner fram tusjer i opptil flere farger og lager store ringer, utenpå hverandre. Viser meg hvor drømmene ligger og hva de styres av. Viser meg hvor på ringsystemene drømmene skal løftes fram. Ellen gestikulerer, peker og tegner.

- Jeg bruker meg selv når jeg coacher. Jeg utleverer meg ikke personlig, men de følelsene og engasjementet du ser, er meg.

**Starten**

For sju år siden startet Ellen sitt virke som coach. Da hadde hun lagt en lang og

suksessfull karriere bak seg fra næringslivet.

- Jeg visste at jeg ville jobbe med mennesker, forklarer hun.

Løsningen ble en utdanning fra anerkjente Coaches Training Institute og etableringen av coachvirksomhet.

### » Den kreative energien du har kommer fra den feminine siden i deg.

- I begynnelsen var det hard jobbing. Etter at jeg fikk min første klient jobbet jeg en prosent med det og 99 prosent med markedsføring og kommunikasjon. Ringe kontakter, snakket med journalister og jobbet nesten døgnet rundt, forteller Ellen. Så fikk jeg to klienter. Sakte, men

sikkert fikk jeg flere klienter. Nå kan jeg ta fri i helgene og må faktisk si nei til noen klienter. Jeg har til og med en klient som kommer hele veien fra Alta, sier hun.

**Inspirasjon**

Ellen forteller om den kreative energien jeg har, en energi som må ut på en eller annen måte.

- Det er dette du lengter etter sier hun med overbevisning.

Det eneste jeg kan gjøre er å nikke. For jeg kjenner på meg at hun har rett.

- Den kreative energien du har kommer fra den feminine siden i deg, sier hun.

Ellens drømmeskyer ble påbegynt for noen år siden. Da skrev hun sin første bok. «Drømmekraft» kom ut i 2011. Oppfølgeren «Våg livet» kom i år.

**Bøkene**

- Hvordan ser drømmeskyen din ut? spør Ellen meg.

- Hva er det som er inne i den? Svaret utløser nye spørsmål om hvordan jeg skal komme meg i en posisjon hvor jeg kan være i skyen, og selv om ordet «sky» i utgangspunktet kan høres litt søkt ut er det ikke det.

«Drømmeskyen» er en høyst konkret plass med et veldig konkret innhold.

Ellens drømmeskyer ble påbegynt for noen år siden. Da skrev hun sin første bok. «Drømmekraft» kom ut i 2011. Oppfølgeren «Våg livet» kom i år.

Ellen forteller om den kreative energien jeg har, en energi som må ut på en eller annen måte.

Ellens drømmeskyer ble påbegynt for noen år siden. Da skrev hun sin første bok. «Drømmekraft» kom ut i 2011. Oppfølgeren «Våg livet» kom i år.

Som forfatter flest har hun flere bøker i hodet.

**Videre**

Ellen viser meg et hjul med kakestykker. Hun vil vite hvordan jeg har det, jobbmessig, økonomisk, med familien og kjærligheten. Så jeg forteller om min mor, kjæresten min, barna mine og vennene. Noen med kjærlige og varme ord. Andre får sitt pass påskrevet. Som i de fleste andres liv.

- Alle disse elementene påvirker deg og de valgene du må ta.

Ellen tenker på framtiden. At hun kanskje må overlate mye av inspirasjonssenteret til andre, mens hun selv tar en slags gjestrolle. Ellen er også en ettertraktet foredragsholder.

- Da jeg startet dette var det ikke primært forfatter jeg ville bli. Det ble til mens jeg gikk, sier hun.

For i Ellens drømmesky er hun forfatter. Skriver bøker. I hvert fall hovedsakelig.

- Dine drømmer og ønsker er veldig sterke. Du må lage en plan for hvordan du kan realisere dem, og den vil jeg se, sier Ellen.

Ellens drømmesky er veldig klar. Det er også min. En dag vil du også se hva som er i den. Men ikke i dag.