

Zelf Ontplooiing en Effectiviteit

Vitaal Verder

Zet jezelf en je levensloopbaan een week lang in het zonnetje

In Griekse sferen, met riant uitzicht op zee en in een comfortabele omgeving kan je in een groep van 4 personen deelnemen aan de trainingsweek 'Vitaal verder'. Deze week is bedoeld voor mensen die willen stilstaan bij hun loopbaan en ideeën en energie willen opdoen voor vervolgstappen. Voor wie werk, gezin en andere zaken vaak voorgaan op tijd voor zichzelf en eigen ontwikkeling.

Wat gaan we doen?

Balans opmaken

We brengen eerst in kaart waar je nu staat en waar je heen wilt in je levensloopbaan. Wat zijn je talenten, wensen en waarden? En waar krijg jij energie van?

Regie nemen

Daarna stel je doelen en maak je keuzes. Hiermee neem je de regie over je eigen leven.

Stappen maken

We oriënteren ons samen op je volgende stap(-pen). Wat zijn de mogelijkheden die passen in jouw leven en toekomstplannen? Je krijgt inzicht in de stappen die je kunt zetten om te komen waar je wilt zijn en we maken concrete plannen om je stappen te realiseren.

Hoe?

Zon, zee en zelfreflectie. Ochtend programma, middag vrij. Variatie aan werkvormen: wandelcoaching, creatieve werkvormen naar keuze, bewegen, uitwisseling, schrijven, ... Vitaal door ontspanning en echt even afstand nemen. Vitaal door beweging. Vitaal door voedszaam eten.



Ervaringen van deelnemers

'In vertrouwen en veiligheid me zo open kunnen stellen dat ik voor een belangrijk thema als loopbaanoriëntatie helder heb gekregen wat ik in essentie wil bereiken'

- Dorien, beleidsadviseur



'Prachtige, intensieve, gevarieerde week die staat voor transformatie op een bijzonder prettige manier'

- Marion Boenders, ondernemer

Waar?

Je vliegt in 3 uur van Düsseldorf naar Kalamata. Na een uur rijden kom je aan in het verblijf in Neohori, een ruim landhuis, 3 km van zee in de Mani, Zuid Peloponnesos.

Coach en begeleider

Ik, Ineke van den Berg, bied je meer dan 30 jaar kennis en ervaring in adviseren, begeleiden en coachen van mensen met loopbaanvragen. Ik geef je oprechte aandacht en kan goed vragen stellen. Ik help je om het beste in jezelf naar boven te halen en te vertalen naar werk en leven. Ik werk vanuit mijn boek 'Lopen doe je zelf' dat inmiddels meer dan 10.000 lezers heeft ondersteund bij loopbaan- en levensvragen.

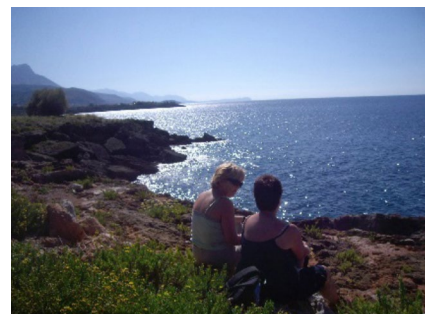
Kosten

Training en vakantie in één: €1.148,00 (excl. vlucht en persoonlijke uitgaven).

In dit bedrag zijn begrepen:

- Training van zeven halve dagen in Griekenland plus kennismakings- en terugkombijeenkomst, boek 'Lopen doe je zelf' en andere materialen;
- Een week logies en ontbijt (2-pers. kamer), diner bij aankomst en vertrek, koffie/thee en versnaperingen in huis en vervoer ter plaatse;
- Voor een vliegticket, reis- en annuleringsverzekering en persoonlijke uitgaven kun je rekenen op €300,- tot 450,- afhankelijk van de vluchtprijzen (over de vlucht geef ik je advies over de beste en goedkoopste mogelijkheden).

ZOÉ Training en Coaching staat ingeschreven in het register van het CRKBO (Centraal Register Kort Beroeps Onderwijs) en kan de opleiding daardoor BTW-vrij aanbieden.



'In een schitterende en rustgevende omgeving jezelf herontdekken en de week met een glimlach en stiekem met trots afsluiten, dat raad ik iedereen aan!'

- Babs, accountmanager

Contact

Voor meer informatie kan je contact opnemen met Ineke van den Berg.

E-mail: gimvdberg@gmail.com

Telefoonnummer: 06 40893489

*www.zoetrainingencoaching.nl
www.mooihuisgriekenland.nl*