

Counsellor-coach Els Piket biedt aan:

Workshop Vrouwen 45+ in balans

Voor wie: Voor iedere vrouw die het belangrijk vindt te onderzoeken en zich bewust te worden hoe een balans te vinden binnen hun werk- en privésituatie en te onderzoeken waar in de toekomst de prioriteiten liggen.

Wat verandert er als we 45 jaar of ouder worden?

Wat zijn de positieve kanten hiervan?

Hoe kunt u deze benutten?

Wilt u nieuwe mogelijkheden in uzelf ontdekken?

Wilt u een eerste concrete stap zetten in een nieuwe richting?

Wilt u een antwoord op deze vragen, dan bent u van harte welkom op onze eendaagse workshop Vrouwen 45+ in balans.

Wanneer: Ieder gewenst moment. Deze training kan ook dienen als personeelsuitje.

Locatie: Wethouder D.M. Plompstraat 10, 3555 BT Utrecht.

Aanvang: 09.30 uur, eindtijd ± 16.30 uur. Inlooptijd vanaf 09.00 uur.

Kosten: € 250,- per deelnemer (particulier tarief, inclusief BTW).
€ 325,- per deelnemer (bedrijven tarief, exclusief BTW).
Prijzen zijn inclusief koffie, thee, uitgebreide lunch en oefenmateriaal.

Aanmelding: Via het contactformulier op de website: www.counsellor-coach.nl
Hier kunt u ook terecht voor meer informatie.
Aanmelding kan tot uiterlijk 14 dagen voor datum van de workshop. Na betaling is de deelname definitief. Afmelding dient uiterlijk 14 dagen vóór datum van de workshop te geschieden. Het volledig betaalde bedrag wordt dan teruggestort. Wanneer binnen 14 dagen voor datum wordt afgemeld, wordt 50% van de betaling teruggestort. Wanneer dit gebeurt binnen een week voor datum van de workshop, zal er geen terugstorting plaatsvinden.

Verloop van de dag

In deze workshop **Vrouwen 45+ in balans** onderzoekt u waar bij u in de toekomst de prioriteiten liggen binnen uw werk en uw privé-leven. Daardoor wordt u zich bewust van de balans in uw leven die voor u persoonlijk de juiste is.

Daarbij brengt u eerst voor uzelf in kaart hoe u in het hier en nu in het leven staat. In een tweede stap onderzoekt u uw eigen waarden, krachten en uw belemmerende gedachten. Aansluitend schetst u uw persoonlijk toekomstbeeld en sluit u de dag af met twee concrete actiepunten, waarmee u thuis en/of op uw werk aan de slag gaat. Het wordt een inspirerende dag met afwisselende en interactieve werkvormen.

De volgende aspecten zijn een onderdeel van de workshop:

Bewustwording van:

- De veranderde vrouwenrol in de loop der jaren.
- Het proces van ouder worden.
- Uw persoonlijke situatie op het moment.
- Uw eigen belemmerende gedachten.
- Uw persoonlijke waarden.
- Uw toekomstbeeld/-visie.

Competenties

- Zelfinzicht.
- Zelfverantwoordelijkheid.
- Zelfsturing.