

Op koers training

Goed in je werk en trouw aan jezelf!

Voor wie?

- Je wilt een goede balans tussen werk en privé
- Je reageert graag dienstverlenend én zakelijk
- Je wilt je talenten volop benutten en inzetten
- Je blijft je graag ontwikkelen
- Je leert het beste door te doen en ervaren.

Wat leer je?

- Manieren om op jezelf te reflecteren
- Helder krijgen wat belangrijk is voor jou qua verlangen, waarden en drijfveren
- Je kwaliteiten scherper zien
- Je grenzen beter ervaren
- Jezelf duidelijker neerzetten in relatie tot de ander
- Meer invloed creëren
- Meer lef tonen
- Beter zorgen voor je balans.

Meedoen?

Er zijn maximaal 8 plaatsen beschikbaar per training.

Bel of mail voor een kennismaking:
gerda.bos@kpnplanet.nl / 06 21 404 621.

Ken jezelf, stuur bewust & creëer impact

Laat persoonlijk leiderschap zien in jouw werk en leven!



“Ik voel me krachtiger & zelfverzekerder en zorg beter voor mijn balans”



Na deze training

- Is je zelfkennis vergroot
- Kun je goed reflecteren op je eigen gedrag
- Voel je beter wat je grenzen en wensen zijn
- Spreek je je makkelijker uit tegen anderen
- Is je zelfvertrouwen versterkt
- Stel je je pro-actief op
- Durf je je plannen uit te voeren.

De investering waard

- Deze training draagt bij aan je professionaliteit
- Ondersteunt je persoonlijke ontwikkeling
- Draagt bij aan een gezonde werk-privébalans.

Waar, wanneer en wat kost het

Waar: In Schoorl aan de voet van de duinen en dichtbij de zee.

Wanneer:

- 22 tot en met 25 september 2026
- 11 tot en met 14 mei 2027

Prijs: incl. 3 overnachtingen op een eigen kamer met douche & toilet, zaalhuur en maaltijden: 2.349,- euro (2026) en 2.449,- (2027) per persoon, excl. BTW.

Over de trainer

- Gerda is een zeer ervaren psycholoog & trainer
- Ze is enthousiast, stelt je op je gemak en spoort je aan tot nadenken
- Ze speelt goed in op wat leeft, zorgt voor afwisseling en geeft handige direct toepasbare tips.



Professioneel en krachtig

‘Waardevolle inzichten en praktische tools’

Programma

- Ervaringsgerichte oefeningen
- Schrijf oefeningen
- Moodboard
- Ontspanningsoefeningen & tai chi
- Leren van elkaar.

Regelmatig deelt Gerda haar psychologische kennis zodat je jezelf en je patronen beter leert zien. Voor wie wil is er ruimte voor een individueel gesprek.

Meer weten over Gerda Bos?

www.coachzoetermeer.nl

gerda.bos@kpnplanet.nl

06-21 404 621