

## Opnieuw-op-koers-vierdaagse

*meer richting in je loopbaan en leven*

### Wanneer is deze workshop belangrijk voor je

- Voel je dat je je koers moet verleggen?
- Heb je behoefte aan meer voldoening of plezier in je werk en leven?
- Sluimert er een verlangen in je, waarvan je nog niet precies weet hoe je dat vorm wilt geven?

Gun jezelf dan de tijd om te bezinnen en opnieuw op jouw juiste koers te komen.

### Op koers komen = meer jezelf zijn

Bij jouw unieke persoonlijkheid en talenten hoort een uniek pad als mens. Vaak zijn we onbedoeld verdwaald geraakt door de hoge eisen die we aan onszelf stellen, door ons verlangen om anderen tevreden te stellen óf doordat we ons verantwoordelijk voelen om alle zekerheden die we hebben opgebouwd in stand te houden. Met als gevolg dat we ons minder gelukkig voelen dan we zouden willen. Gelukkig kun je elke dag besluiten terug te keren op je eigen pad, waar je de energie voelt stromen, waar je hart open gaat, waar je tot je recht komt, waar je straalt. En waar je wat je onderweg leerde in mee kunt nemen. Zodat je weer helemaal jezelf kunt zijn. Dit is je kans om weer op koers te komen. Doe mee met deze 4-daagse workshop.

### Aanmelden

Mail naar [gerda.bos@kpnplanet.nl](mailto:gerda.bos@kpnplanet.nl) dat je graag meedoet met deze workshop. Ik stuur je dan een inschrijfformulier. Voor vragen kun je me bereiken via 06 21 404 621. Er is een beperkt aantal plaatsen beschikbaar.

## Leef jouw leven!

De opnieuw-op-koers-vierdaagse is een unieke, diepgaande én praktische workshop die je navigeert naar meer inspiratie in je werk en leven! De vierdaagse wordt gegeven door een ervaren en resultaatgerichte coach/psycholoog die je in een veilige omgeving in contact brengt met het verlangen van je hart. Dit maakt dat je weer koers zet richting jouw levensdoelen.



Meer weten over  
Gerda Bos?

[www.coachzoetermeer.nl](http://www.coachzoetermeer.nl)



### Resultaat van deze koers-oriëntatie

Het resultaat van deze vierdaagse is dat je weer voelt bij welke activiteiten en plannen je energie stroomt. Daarnaast weet je hoe je meer vreugde in je dagelijks werk en leven organiseert. Je leven wordt speelser en je voelt je energiever. Of misschien besluit je wel je hart te volgen en stap voor stap te gaan voor jouw droom... Hoe geweldig zou dat zijn!

### De 3 P's: Waarom werkgevers hierin investeren

*Personneelsbeleid:* Als werkgever draag je bij aan toekomstbestendige en loopbaanbewuste medewerkers;

*Preventie:* Medewerkers die meer energiegevers ervaren in hun werk zijn fitter en verzuimen minder;

*Productiviteit:* Gemotiveerde en doelgerichte medewerkers leveren veel werk en zijn goed voor interne en externe klanten.

### Data, locatie en prijs

De opnieuw-op-koers workshop vindt plaats bij Dopersduin in de duinen van Schoorl op loopafstand van het strand en de zee.

Startdata zijn:

- 11 tot en met 14 april 2022
- 5 juli tot en met 8 juli 2022.

Prijs inclusief 3 overnachtingen, zaalhuur en maaltijden: 1.945,- euro per persoon, exclusief BTW.

### Even voorstellen: Gerda Bos

Op mijn 37<sup>e</sup> studeerde ik psychologie om trouw te zijn aan mijn koers. De kennis en ervaring die ik opdeed tijdens mijn ruim 20 jaar ervaring als coach en psycholoog heb ik verwerkt in deze vierdaagse. Ik gun je inzicht in jezelf en het lef om je verlangens onder ogen te zien. Als je jouw koers durft te varen, ervaar je regie en plezier in je leven!



# ‘Mijn leven matcht weer met mijn drijfveren’

### Programma

Het programma is intensief! Maar natuurlijk wel met veel rustige momenten om zaken voor jezelf op een rij te zetten, je even terug te trekken of een wandeling te maken. Tijdens deze workshop komen we regelmatig als groep bijeen, soms doe je oefeningen alleen, soms samen met anderen. We doen o.a. ervaringsgerichte oefeningen, schrijf oefeningen, maken een moodboard, doen meditaties en leren van elkaar. Regelmatig deel ik mijn psychologische kennis zodat je jezelf en je patronen beter leert zien. Voor wie dat wil is er ruimte voor een individueel coaching gesprek en natuurlijk is er tussendoor ruimte voor vragen.

Dagthema's zijn:

- Wie ben je?
- Je verlangen en kwaliteiten herkennen
- Vaker jezelf zijn
- Je missie vormgeven in de praktijk van alledag.

Mail of bel voor een uitgebreid programma naar [gerda.bos@kpnplanet.nl](mailto:gerda.bos@kpnplanet.nl) / 06 21404621