

Mini-workshop ‘Weer grip op je agenda’

Naast je gezin en je werk, wil je ook graag in je vrije tijd leuke dingen doen. Lekker sporten, een uitje met je gezin of gezellig met vrienden op stap. Soms kom je tijd te kort en merk je dat je steeds minder ‘leuke dingen’ doet. Je krijgt er mantelzorgtaken bij of je werk vraagt meer inspanning dan normaal. Je accu raakt leeg. Herken je dit en wil je hier verandering in brengen? Meld je dan aan voor deze mini-workshop. De mini workshop 'Weer grip op je agenda' is voor iedereen die merkt dat zijn of haar accu leeg raakt en weer meer evenwicht wil krijgen in zijn of haar agenda.

Kleinschalige workshop in een ongedwongen sfeer

‘Weer grip op je agenda’ is een kleinschalige workshop met maximaal vier deelnemers. Je gaat ontdekken wat echt belangrijk voor je is en waar je energie van krijgt. Je leert wat je nodig hebt om je accu weer op te laden en hoe je op een andere manier keuzes kunt maken zodat je agenda meer in evenwicht komt.

In een kleine groep wissel je met elkaar ervaringen uit en zoek je samen naar oplossingen. Je bent niet de enige die hiermee worstelt. Je leert van elkaar en krijgt handvatten om weer verder te kunnen. Daarnaast is de workshop ook gewoon gezellig.

Praktische informatie

Deze workshop vindt 's avonds plaats van 20.00 tot circa 22.30 uur. Inloop vanaf 19.30 uur. De workshop is in de coachkeuken van CoachUnique aan de Borculoseweg 38 in Neede. Je kunt je nu alvast aanmelden. De datum voor deze workshop dit najaar ligt nog niet vast. Bij voldoende aanmelding organiseer ik dit najaar meerdere workshops. De prijs van deze workshop is € 32,50 (incl. BTW, koffie, thee en versnaperingen).

Meer informatie en aanmelding

Gun jij jezelf deze korte ontdekkingsreis? Meld je dan snel aan of bel voor meer informatie. Ik vertel je graag meer. Je kunt mij bereiken via telefoonnummer 06 83 60 45 14 of per e-mail d.steenbruggen@coachunique.nl.

Ook individueel of digitaal

Natuurlijk kun je deze workshop ook individueel volgen en kun je ook bij mij terecht voor een digitaal coachtraject. Je hebt dan niet te maken met reistijd en kunt gewoon vanuit huis of op een andere plek een coachtraject volgen. Neem voor meer informatie contact met mij op via 06 83 60 45 14 of per e-mail d.steenbruggen@coachunique.nl.