

Training/cursus: Beter in Balans

Ken je dat gevoel van alle ballen in de lucht willen houden, zowel op school als thuis?

Heb je vaak het gevoel dat er voortdurend een beroep op je gedaan wordt?

Ben je op zoek naar meer balans in je werk-privé?

Dan is deze cursus een aanrader.

In deze cursus gaat het over jou en jouw balans in relatie tot je werk en privé.

Het is een interactieve cursus waarin je, samen met deelnemers die soortgelijke ervaringen hebben, op zoek gaat naar jouw balans.



Doelen:

- Inzicht te krijgen in je eigen vaste patronen van denken en handelen.
- Inzicht te krijgen in je behoeften, verwachtingen en overtuigingen.
- Inzicht krijgen in wat je energie geeft en wat je energie kost.
- Je eigen rustpunt vinden in de dagelijkse hectiek.
- Bewuste keuzes maken die zorgen voor BETER IN BALANS

Doelgroep: allen die werkzaam zijn in of voor het onderwijs. Op zoek naar beter in balans.

Opzet training/cursus 'Beter in Balans'.

Drie bijeenkomsten van 2 uur en persoonlijke opdrachten.

Data, locatie en tijden: nader te bepalen

Met vriendelijke groet,

Lidy Kemper,

**Lidy is geregistreerd bij CRKBO (Centraal Register Kort beroepsonderwijs)*

En BRLO (Beroepsvereniging Lerarenopleiders Nederland)