

## Workshop: Krachtig in Balans

Als professional wil je je werk goed doen en daarnaast heb je vaak nog andere rollen te vervullen, zoals moeder, partner, vriendin, mantelzorger.

Hoe blijf je zelf in balans als je het gevoel hebt dat er voortdurend een beroep op je gedaan wordt?

Als je op zoek bent naar meer balans in je werk-privé dan is deze workshop een aanrader.

Tijdens deze workshop gaan we op zoek naar factoren die je inzicht geven in het maken van betere keuzes in je werk-privé.

De workshop is de basis voor de cursus 'Beter in Balans'. Tijdens de cursus gaan we dieper in op persoonlijke factoren en persoonlijke ontwikkeling die jou kan helpen om beter in balans te komen en vooral te blijven.

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



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

**Benodigheden:** laptop of tablet.

**Aantal deelnemers:** max. 10

**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)*