



*Wil je leuker leven?*

**Wil je ook elke dag...**

...doen wat je leuk vindt.

...met plezier naar je werk.

...weten dat je nuttig bezig bent?

Kan jouw leven meer plezier,  
energie en moeiteloosheid  
gebruiken?



**Lees dan verder.**

Wij leren je in een tweedaagse workshop  
je persoonlijke pieken te bereiken!



## **2-daagse workshop "Leuker leven"**

"Leuker leven" is een fantastische tweedaagse workshop met alle aandacht en tijd voor jezelf! Je leert naar jezelf te kijken, te kijken naar wat jou blij maakt en voldoening geeft. Je krijgt daarbij handvatten en tools hoe je zelf je leven leuker maakt en ook hoe je dat ook op moeilijke momenten doet.

Op een speelse en voor iedereen toegankelijke manier leer je hoe jij je leven op een plezierige manier vorm geeft. Daarbij maken we gebruik van oefeningen en instrumenten die gebaseerd zijn op bestaande en bewezen technieken.

### **Wat kun je verwachten?**

In deze twee dagen ga je aan de slag met jezelf. Je onderzoekt jouw wensen en ideeën, jouw dromen en verlangens. Zaken die je blij maken. Zaken die je misschien niet eens hardop durft uit te spreken. Wij nemen ze serieus en laten zien wat ze voor je kunnen betekenen. Wat je er mee kunt en hoeveel energie ze je geven.

Nadat je dit hebt onderzocht gaan we kijken naar wat je al kunt. Waar je goed in bent en wat je belangrijk vindt. Vervolgens gieten we al die input samen in stappenplan. Een soort routebeschrijving voor de eerstkomende jaren.

### **Ook iets voor mij?**

- \* Ben je tussen de 20 en 35 jaar?
- \* Ben je werkzaam, maar heb je het gevoel dat er meer in zit?
- \* Mis je de energie die je vroeger had?
- \* Leef je van weekend naar weekend en kan de werkweek je gestolen worden?
- \* Heb je het gevoel dat je leven beter kan?
- \* Heb je geen idee wat je eigenlijk verder wilt met je leven, maar zou je dat wel eens willen onderzoeken?
- \* Wil je wat meer uitdaging, maar weet je niet welke?

Geef je op enkele, of misschien wel alle, vragen een positief antwoord, dan is deze workshop precies iets voor jou! Doe jezelf een plezier en schrijf je in.

### **Wat vragen we van jou?**

We verwachten dat je tijdens deze workshop intensief met jezelf aan de slag gaat. Daartoe nodigen we je uit. Als je dit doet haal je er het meeste uit voor jezelf. We verwachten een volledige inzet van je en dat je meedoet aan alle oefeningen. Op deze manier kom je er sneller achter hoe leuk het is om nieuwe dingen te doen en leren. We noemen dat 'action learning'. We passen alles direct toe in de praktijk en gebruiken hierbij niet teveel theorie.

### **Wat zijn de kosten?**

Wij bieden je deze tweedaagse workshop tijdelijk aan voor slechts € 150.

Vanaf september 2009 bedragen de kosten € 300.

Voor koffie, thee en water wordt gezorgd, een lunch breng je zelf mee.

### **Waar wordt de workshop gehouden?**

De workshop wordt in Amsterdam gehouden op een leuke trainingslocatie, 'De Bloei'.

Na aanmelding ontvang je een routebeschrijving.

### **Wanneer?**

De eerst volgende workshop wordt gehouden in mei.

1e workshopdag: **zondag 14 juni**, 10.00 uur – 17.00 uur

2e workshopdag: **zondag 28 juni**, 10.00 uur – 17.00 uur

Informeer bij ons naar de andere data.

### **Aanmelden?**

Is deze workshop iets voor jou? Meldt je dan meteen aan door een e-mail te sturen aan: [maarten@inspiratiereizen.nl](mailto:maarten@inspiratiereizen.nl) of bel met Maarten 06-20492233.

Omdat we iedere deelnemer alle aandacht willen geven die nodig is voor dit proces, is er slechts plaats voor maximum 12 deelnemers. Wie het eerste komt...want vol = vol.

Ik hoop je binnenkort te ontmoeten,  
Maarten Oosterhoff