



Workshop Balans in je leven

Bruisen of Balen

Energiek in je leven en op je werk

Een betere balans door inzicht in draagkracht en draaglast, energiegevers en energievreters, stresskillers en nog veel meer.

We kennen ze allemaal, de energievreters die je energie opzuigen en de gezonde balans verstoren. Het hoort bij het leven en wanneer het van korte duur is, dan is het vervelend, maar ook niet meer dan dat. De ervaring leert echter dat bij veel mensen de balans verstoord is en dat men niet doorheeft waardoor deze verstoring veroorzaakt wordt. Wanneer mensen inzicht krijgen in wat hun energiegevers en wat hun energievreters zijn, kunnen ze een begin maken met het herstellen van hun balans.

In deze interactieve workshop kijken we naar de energiegevers en energievreters, de huidige balans en de gewenste balans. Daarnaast onderzoeken we de talenten van de deelnemers en hoe ze die talenten en kwaliteiten kunnen inzetten om meer balans in hun leven te ervaren.

Datum: dinsdag 9 mei 2017

De duur van de workshop is 2,5 uur.

Het aantal deelnemers is minimaal 6 en maximaal 12.

De kosten bedragen € 49,— per deelnemer (excl. btw).

Voor vragen en meer informatie mail naar:

info@essentie-coaching.nl

of bel met Joanke Sierksma: 06-22442398.