



carlabloemen.nu

Workshop: Kom tot bloei als persoon én als professional!

Persoonlijke en professionele groei in 1!

Verlang jij ernaar meer richting te geven aan jouw carrière en zicht te krijgen op jouw groei- en ontwikkelrichtingen?

Verlang jij ernaar om steviger in je schoenen te staan en /of meer rust te ervaren? Heeft de Lock down je aan het denken gezet en wil je dit verder onderzoeken?

Why

Deze workshop serie sluit mooi aan op de doelstelling van de regeling duurzame inzetbaarheid, die als inzet heeft om werknemers te ondersteunen om gezond en gemotiveerd hun loopbaan vorm te geven.

Deze workshop helpt jou, om jouw werk, ook in turbulente tijden, zo goed mogelijk te blijven doen en in balans te blijven of te komen.

Tevens draagt ons aanbod bij aan het voorkomen van bepaalde vormen van werk gerelateerde ziekte/klachten en bijbehorend verzuim.

Het gaat hier dus ook om preventief investeren in mens-KRACHT.

En ons aanbod is een goede steun in de rug bij mensen die weer terugkeren in het arbeidsproces.

In deze workshop sta jij, als persoon, in relatie tot jouw vak centraal!

Wellicht herken je een of meerdere items:

- Voel je je niet gezien en gehoord door jouw collega's of leidinggevende?
- Heb je het gevoel dat er meer in je zit dan je op dit moment laat zien?
- Heb je het gevoel dat je iets wilt veranderen, maar weet je niet wat?
- Ervaar je stress en heb je behoefte aan focus en rust?
- Heb je geen plezier meer in je werk?
- Ben je zoekende in jouw manier van leidinggeven?

Na afronding van deze workshop voel jij je krachtiger en meer ontspannen. Zowel in jouw leven als in jouw werk. Dit heeft een positieve invloed op jou! Op hoe jij omgaat met werkdruk, veranderingen in je leven of in je werk. Op hoe jij omgaat met jezelf, collega's en klanten/cliënten. Je bent in staat meer focus aan te brengen in je werk en je leven en je zal meer verbondenheid voelen tussen jou en jouw collega's.

Wat deze workshop jou gaat opleveren:

- Je leert jezelf beter kennen en begrijpen
- Je groeit op het gebied van samenwerken, communicatie en leidinggeven
- Je voelt je krachtiger en energiever
- Je bent weer in balans en je ervaart meer rust
- Je hebt zicht op jouw professionele én persoonlijke kwaliteiten
- Je ontdekt wie jij in werkelijkheid bent!

Hoe

'Sharing' is de kracht van deze workshop! Naast de theoretische modellen die worden behandeld, worden ervaringen van elkaar mét elkaar gedeeld. Je leert van én met elkaar! Op een inspirerende en doortastende manier leer jij de theorie in praktijk te brengen. Met de inzichten die je krijgt en hetgeen dat je leert, kun je de volgende dag aan de slag. De opdrachten die je krijgt, kun je meteen oefenen in je werk en in jouw andere dagelijkse bezigheden. Succesbeleving gegarandeerd!

Vanuit de overtuiging dat hoofd-hart-ziel-lichaam met elkaar in verbinding staan, wordt er gewerkt middels de holistische benadering. Het een kan niet zonder het ander:

- Hoofd (theorie die behulpzaam is en inzicht en kennis biedt)
- Hart (contact maken met emotie en gevoelens)
- Ziel (contact met de essentie, met het diepste wezen van de mens)
- Lichaam (oefeningen ter ontspanning, jezelf beter te leren kennen en het contact te herstellen met je eigen energie)

Voor wie

Deze workshop is voor professionals die op een unieke manier aandacht willen besteden aan hun professionele én persoonlijke ontwikkeling. Voor jou als afdelingsmanager, afdelingshoofd of leidinggevende. Voor professionals die zelfstandig of in teamverband werken. En met name voor professionals die met mensen werken, in de zorg-of hulpverlening, bij de gemeente, op een verzekeringskantoor, in een winkel, een woningbouwvereniging. Kortom voor 'mensenmens-professionals'!

Programma

- Intakegesprek
- 6 inspirerende werkdagen op 12 okt, 17 nov, 10 dec 2020, 19 jan, 22 maart en 14 juni 2021
- De totale studiebelasting laat zich – gemiddeld- als volgt omschrijven:

Intake	2 uur
Workshops	48 uur
Individuele terugkoppelmomenten	4 uur

Eigen studie-, oefen-, en reflectietijd
- De werkdagen zullen om 09.00 uur beginnen en uiterlijk eindigen om 17.00 uur
- 1 à 2 individuele terugkoppelmomenten
- Tussentijds kort mail-, telefonisch- en/of video bellen contact
- Locatie, onze "thuisbasis" La Source in Schin op Geul <https://www.lasource.nl>
- Voor koffie/thee/water en een smakelijke lunch wordt gezorgd.

Kosten

De kosten van dit programma bedraagt: € 1.200,- excl. 21% btw en € 200,- bijdrage in de locatiekosten.

Betaling van het bedrag geldt als definitieve aanmelding. Mocht er tijdens de workshop behoefte ontstaan aan extra coaching/begeleiding dan kunnen daarover nadere afspraken worden gemaakt.

Overige informatie en aanmelding

- Meer informatie en aanmelding kan via mail: info@carlabloemen.nu
- Om "dichtbij en persoonlijk" te kunnen werken, is de maximale groepsgrootte 12.
- De totale studiebelasting laat zich –gemiddeld- als volgt omschrijven:
 - Intake 2 uur
 - Workshops 48 uur
 - Individuele begeleiding (facultatief) 4 uur
 - Eigen studie-, oefen- en reflectietijd
- Zodra de betaling ontvangen is, ben je zeker van deelname. Volgorde van betaling bepaalt de plaatsingsvolgorde.

Begeleiding

Hoofddocent van de workshop is Carla Bloemen. Zij heeft o.a. meer dan 20 jaar in het onderwijs gewerkt als leerkracht, interne begeleider en directeur. Daarnaast heeft zij een psychotherapeutische opleiding gevolgd en werkt, vanuit haar eigen bedrijf, met veel passie als begeleider, coach, supervisor en bewustzijnstrainer. Zij is yogadocent en heeft kennis van en affiniteit met allerlei vormen van lichaamswerk. Haar ruime ervaring in het werken met allerlei professionals waar onder leidinggevend, zowel in profit als non- profit geeft haar een stevig fundament voor dit programma. Haar thuisbasis is carlabloemen.nu. Voor haar website klik je op de link in de voettekst; de link naar LinkedIn is: <http://nl.linkedin.com/in/carlabloemen> Tevens zullen een aantal mensen van de ecologie onderdelen van het programma verzorgen.

Carla heeft een droom en die laat zich omschrijven als: "Het beste in mensen (ongeacht de leeftijd) wakker maken en hen helpen dit tot vorm te brengen; mensen uitnodigen om contact te maken met wie ze in wezen zijn en hen uit te dagen van daaruit te leven en te werken.



Desgewenst is de workshop –op maat verfijnd- ook in-company uit te voeren.

HARTelijke groet,
Carla Bloemen



Ervaringen

De mensen die deze workshop gevolgd hebben omschrijven deze als een cadeautje voor jezelf. Ze zeggen het volgende:

- 'Ik ben liever voor mezelf geworden'.
- 'Ik ben met mezelf in gesprek gegaan en ben daardoor bewust geworden van mezelf'.
- "Leiding geven gaat me makkelijker af en ik krijg ook complimenten van mijn collega's."
- 'De workshop heeft mij meer zelfvertrouwen gegeven. Ik heb meer plezier in de dingen die ik doe'.
- 'Door deze workshop te volgen heb ik de stap durven zetten om te solliciteren. Ik heb nu een baan die bij mij past!'
- 'Ik weet nu dat ik het wel kan en niet aan mezelf hoeft te twijfelen'.
- 'Ik durf nu actie te ondernemen in de zaken die me storen'.
- 'Ik heb leren luisteren naar mezelf, te voelen wat ik zelf wil en durf dat nu ook aan te geven'.
- 'Ik heb geleerd mezelf te accepteren zoals ik ben'.

