

# Hoe maak *ik* het *mezelf* makkelijker?

Wil *jij* ook makkelijker:

- in contact gaan met anderen?
- kunnen omgaan met veranderingen?
- je grenzen kunnen aangeven?
- jouw eigen plek innemen?
- jouw doelen realiseren?
- oplossingen zien?
- doen wat je echt wilt?

*Reacties eerdere deelnemers:*

*"ik heb écht stappen gezet"*

*"Ik heb meer rust gekregen"*

*"meer bewust van mijn plek en mogelijkheden!"*

*"Ik voel me zekerder"*

Volg dan een training die *je* echt in beweging zet én *jou* laat ervaren dat *jij* het *jezelf* ook makkelijker kunt maken.

## Hoe maak *ik* het *mezelf* makkelijker?



In deze training maak je kennis met het gebruik van de methodieken vanuit NLP, Systemisch Werk (familieopstellingen) en Oplossingsgericht Werk.

De training bestaat uit zeven bijeenkomsten incl. een supervisieavond (datum nader te bepalen). Alle dinsdagavonden van 18:45 – 22:00 en zondag 15 januari van 10:00 – 15:00.

Data bijeenkomsten: 11 oktober, 1 en 22 november, 13 december, 15 en 31 januari 2012.

Groepsgrootte: 4 -8 personen

Kosten: particulieren € 395 (incl. btw), via bedrijven € 475 (incl. btw)

Locatie: Prof. R. Casimirstraat 32, 1068 KC, Amsterdam

Trainers: Jeroen van der Wulp en Elze Aartman

Voor meer informatie of aanmelden:

M: [jeroen@jenzs.nl](mailto:jeroen@jenzs.nl) of [elze.aartman@ea-coaching.nl](mailto:elze.aartman@ea-coaching.nl)

T: Jeroen: 06-34172237 of Elze: 06-42745508

W: [www.jenzs.nl](http://www.jenzs.nl) of [www.ea-coaching.nl](http://www.ea-coaching.nl)