



Versterk je gedrag, communicatie en energie, jij gaat...

'Fris van Start na de zomer'



PERSOONLIJK LEIDERSCHAP

Persoonlijk leiderschap betekent opnieuw de regie nemen over je werk en energie, juist na de zomerperiode. Met de DISC-analyse van Yvonne Wouda krijg je helder zicht op je kwaliteiten, je communicatiestijl en de onderliggende behoeftes achter gedrag. Dat geeft je de handvatten om duidelijker je wensen en grenzen aan te geven, effectiever af te stemmen op collega's en met meer rust, vertrouwen en plezier samen te werken.

STRESSMANAGEMENT

Veronika neemt je mee in een diepe klankbeleving die je zenuwstelsel tot rust brengt. Je ontspant, herkent sneller hoe jouw lichaam reageert op druk en ontdekt hoe je stress kunt voorblijven. Je voelt beter wat jij nodig hebt om in balans te blijven en jezelf te sturen, zodat je met meer rust, energie en focus aan het werk blijft.

VITALE POWERLUNCH

Een vitale lunch draagt bij aan een goed energieniveau. Geen dip, maar productief de middag in. Uiteraard gezond, maar ook lekker, gevarieerd en verrassend. Lama laat je kennismaken met een nieuw food concept voor de dagelijkse invulling van je (werk)dag.

BELEVINGSWANDELING DOOR MUIDEN

Geniet en ontspan in een prachtige, historische en groene setting. Wandel over de vestingwallen van Muiden en beleef historie, cultuur en natuur met Guus Kroon. Een bekroonde energizer van, Fris van Start!



INVESTEREN IN WELZIJN IS INVESTEREN IN GROEI EN SUCCESI

EEN INSPIRERENDE DAG...

Op maandag 7 september 2026 | 9.30 - 16.00 uur in het prachtige Muizenfort C in Muiden!

Wil jij je communicatie versterken, werken aan persoonlijk leiderschap en met meer balans, plezier en voldoening aan het werk gaan? Deze dag geeft je een frisse boost na de zomer en je sluit af met een persoonlijk visionboard dat jouw richting en energie voor het nieuwe werkseizoen glashelder maakt.

Wil je met jouw team de training Fris van Start volgen op de prachtige groene locatie in het Muizenfort in Muiden? Dat kan. In één dag versterken jullie de communicatie, vergroten jullie de individuele effectiviteit en benutten jullie elkaars talent optimaal. Je ontdekt hoe je werkgerelateerde stress eerder herkent, beter je grenzen aanvoelt en zo uitval voorkomt ondersteund door een soundhealing-moment dat zorgt voor rust, focus en nieuwe energie.

Informeer naar de mogelijkheden, nu ook met TEAM-BBQ en boottrip als afsluiting.

Investering:

349,- (excl. btw) per deelnemer

- DISC rapportage + DISC werkplan + Visionboard
- Soundhealing & Stressreductie
- Historische wandeling
- Vitaal verwenarrangement

Locatie:

Muizenfort C - Vestigingsplein 1 - Muiden



Impressie



Aanmelding

MELD JE AAN VIA:

info@yvonnewouda.nl