

## **Eendaagse Workshop: Energie in je lijf, energie in je team.**

Voor wie: een team van ongeveer 8 medewerkers  
Locatie: Texel  
Wanneer: op aanvraag

### *Wat?*

Ik organiseer workshops voor een team van medewerkers, waarbij het thema persoonlijk leiderschap, vitaliteit en cultuur op een weliswaar luchtige, maar toch indringende manier onder de aandacht gebracht wordt.

Na deze workshop zijn de deelnemers in staat om beter richting te geven aan hun persoonlijke werkproces, waardoor ze een sterke leidraad voor hun handelen hebben. Het stelt ze in staat om erover in gesprek te gaan met collega's en leidinggevende. Deelnemers leren zowel letterlijk als figuurlijk sterk te staan en ontspannen te bewegen en de relatie te leggen met de gewenste cultuur van de organisatie. Bovendien hebben ze genoten van inspanning en ontspanning, actie en reflectie, in een volledig andere, maar veilige gastvrije omgeving.

### *Waar?*

Een prachtige locatie daarvoor is <http://www.natuurboerderijplassendaal.nl/bezoekersruimte/> : midden in de natuur van Texel, letterlijk tussen en naast de koeien en een plek waar verstandelijk beperkten werken. Iedereen is even helemaal uit zijn eigen hectische situatie en er is een prachtige ruimte waar zowel oefeningen gedaan kunnen worden als gepraat en gewerkt kan worden. Bovendien maakt het eilandgevoel al dat je helemaal even los van alledag bent.

### *Hoe?*

Concreet ziet de dag er als volgt uit:

- om 09.00 uur wordt men opgehaald van de boot vanuit Den Helder en naar Plassendaal gebracht
- blik op het erf en de stallen en ontvangst met farm-made appeltaart
- presentatie van het werk op de boerderij waarbij ook de relatie met de dag al wordt gelegd.
- Introductie van de dag en aanleren van moeiteloos bewegen door uitlijning en ontspanning op de paden rondom Plassendaal
- Theorie waarin het verband gelegd wordt tussen de ervaren wandeltechniek en de eigen levenslijn (manier waarop men in het werk/leven staat)
- Om 13.00 uur een heerlijke lunch
- Korte wandeling en uitleg
- Individueel aan het werk met beschrijving van de persoonlijke levenslijn
- Delen van bevindingen in relatie tot je werk
- Korte wandeling om zaken even te laten bezinken en fysiek te ervaren
- Borrel en eventueel bezichtiging van de boerderij/erf.
- Retour naar de boot van 17.00 uur

**Introductieprijs: € 995,- per team van 8 personen**

### *Aanmelding en info:*

Stuur een mailtje naar [arco@r-connect.nl](mailto:arco@r-connect.nl) en dan neem ik contact met je op. Je kan alvast meer informatie over mijn bedrijf en werkwijze vinden op [www.r-connect.nl](http://www.r-connect.nl)

R-Connect

Verbinden met resultaat!

