



# NIEUWSBRIEF


[HOME](#)
[Opleidingskalender](#)
[Online inschrijven](#)
[Contact](#)

Nieuwsbrief augustus 2009

Hoe overleef ik tussen mijn vakanties?

## VITALITEIT EN VAKANTIE

Bent u ook met goede voornemens teruggekomen van vakantie? Meer bewegen, minder eten, vooral blijven genieten van de rust... Hoe houd je dat vast? Een collega zei: "gewoon plannen maken voor de volgende vakantie". Maar hoe overleef je tussen de vakanties in?

In deze nieuwsbrief zetten we enkele bijzondere workshops in het zonnetje waaraan u tijdens ons congres 'Vitaliteit en (Zelf)coaching' kunt deelnemen. Misschien geven ze u een paar ideeën. Wijzelf zijn in de zomer lekker bezig geweest met de nieuwe GidsvoorCoaching voor 2010. We staan weer fris voor u klaar aan de start van het nieuwe seizoen.



Ans Tros,  
directeur  
[a.tros@schoolvoorcoaching.nl](mailto:a.tros@schoolvoorcoaching.nl)

### IN DEZE NIEUWSBRIEF:

- [Frisse start? De nieuwe GidsvoorCoaching 2010 komt eraan!](#)
- [Speciale actie SchoolvoorCoaching Congres 'Vitaliteit en \(Zelf\)coaching' op 18 september](#)
- [Margot Groot: "Ik werk met bewegen en lichaamstaal, dus we gaan fysiek aan de slag."](#)
- [Nienke Binkhorst: "Als een coaching moe maakt, kun je je eigen energielek opsporen."](#)
- [Elvira van der Drift-Batenburg: "Je wordt je bewuster van waar je van nature de meeste energie hebt zitten."](#)
- [Gideon en Vanessa Stijns-Luyten: "Je krijgt heel snel inzicht in wat er van jou is en wat er bij de ander hoort."](#)
- [Performa 2009](#)
- [Voor snelle beslissers](#)

### FRISSE START? DE NIEUWE GIDSVOORCOACHING 2010 KOMT ERAAN!

Lekker op vakantie geweest, klaar voor een frisse start? In onze GidsvoorCoaching 2010 vindt u al onze inspirerende trainingen en leergangen. Bijvoorbeeld enkele nieuwe korte trainingen, zoals 'Zelfcoaching voor dertigers: Nu kies ik' en 'Vitaliteit door (zelf) coaching'. Heeft u al eens een training bij ons gevolgd? Dan valt de GidsvoorCoaching rond half september vanzelf bij u op de mat. Zo niet, dan kunt u hem [aanvragen](#) via onze website, of ophalen in onze stand op de opleidingenbeurs Performa 2009 (zie verderop in deze nieuwsbrief).

## **SPECIALE ACTIE SCHOOLVOORCOACHING-CONGRES 'VITALITEIT EN (ZELF)COACHING' OP 18 SEPTEMBER**

Hoe blijft u vitaal in uw vak en privéleven? Tijdens ons congres 'Vitaliteit en (Zelf) coaching' bieden experts daarvoor hun favoriete methoden en instrumenten aan in lezingen en workshops. Hieronder vertellen vier van hen daar iets over. Op onze website vindt u het dagprogramma, interviews met diverse inleiders en workshopgevers, en het aanmeldingsformulier. Deelname kost 395 euro, (ex-)deelnemers aan SVC-trainingen betalen slechts 295 euro ex. BTW. Speciale actie voor last minute beslissers die nog nooit een training bij ons hebben gevolgd: voor maximaal twintig mensen bieden we eveneens een korting van 100 euro op de toegangsprijs!

### **MARGOT GROOT: "IK WERK MET BEWEGEN EN LICHAAMSTAAL, DUS WE GAAN FYSIEK AAN DE SLAG."**

*Wat is kenmerkend voor uw werkwijze?*

"Ik werk met bewegen en lichaamstaal, dus we gaan fysiek aan de slag. Ik laat mensen ervaringen opdoen via het lichaam over wat ze doen en hoe ze staan en gaan. Zo leer je bewuster aanwezig zijn."



*Hoe past dat in de coachpraktijk?*

"90% van de communicatie is lichaamstaal. Door dat non-verbale aspect te ontwikkelen word je directer, intuïtiever, zachter. Je kunt je beter inleven in de lichaamstaal van anderen. Je bent meer in dialoog met de ander. Daar ga je zeker anders van werken, meer kijkend, waarnemend en invoelend."

*Wat nemen mensen na de workshop mee naar huis?*

"Meer lichaamsbesef van zichzelf en van anderen. Je staat beter op je voeten en dus meer in je kracht. Je voelt je energiever, meer ontspannen. Als je prettiger in je vel zit, sta je ook meer open voor de wereld om je heen."

Meer informatie: [www.stilstaanbijbewegen.nl](http://www.stilstaanbijbewegen.nl). Schrijf [hier](#) in voor het SVC-congres en de workshop Kennismaken met wat jou innerlijk en uiterlijk beweegt.

### **NIENKE BINKHORST: "ALS EEN COACHING MOE MAAKT, KUN JE JE EIGEN ENERGIELEK OPSPOREN."**

*Wat is kenmerkend voor uw werkwijze?*

"Hij is simpel en meteen toepasbaar. Tijdens de workshop maak je een snelle energiescan van jezelf op basis van een visualisatie: hoe wissel ik energie uit met mijn omgeving, wat is mijn energiebalans? Vervolgens maken we een kleine opstelling van je energielek."



*Hoe past Energie in Beeld in de coachpraktijk?*

"Als een coaching niet goed werkt of moe maakt, kun je je eigen energielek opsporen. Je kunt de visualisatie en opstelling ook makkelijk toepassen op cliënten, zowel individuen als teams."

*Wat nemen mensen na de workshop mee naar huis?*

"Bewustzijnsverruiming over hoe ze hun energie verliezen, en een eenvoudige methodiek die ze meteen kunnen gaan gebruiken."

Meer informatie: [www.coach-inn.nl](http://www.coach-inn.nl). Schrijf [hier](#) in voor het SVC-congres en de workshop Energie in Beeld.

### **ELVIRA VAN DER DRIFT-BATENBURG: "JE WORDT JE BEWUSTER VAN WAAR JE VAN NATURE DE MEESTE ENERGIE HEBT ZITTEN."**

*Wat is kenmerkend voor uw werkwijze?*

"Voor een optimale communicatie moet je je afstemmen op de ander. Dat afstemmen doe ik energetisch, via het onderbewuste. Als je de energie in je eigen lijf bewust kunt verdelen, kun je ook andere mensen die bijvoorbeeld heel mentaal zijn, meenemen naar hun gevoel en hart. Dat stuur je met Tan Tien-technieken."



*Hoe past Tan Tien in de coachpraktijk?*

"Het werkt het best in een-op-eengesprekken, als de ander zich

vastblijft in het rationele of juist heel erg in de emotie gaat. Dan kun je zijn verdeling van energie normaliseren zodat hij meer openstaat voor wat je te vertellen hebt."

*Wat nemen mensen na de workshop mee naar huis?*

"Je wordt je bewuster van waar je van nature de meeste energie hebt zitten. Veel coaches gaan ervan uit dat ze heel erg gegrond zijn, maar dat zou wel eens anders kunnen uitpakken! Je krijgt simpele technieken aangereikt om bewust evenwicht in je energie aan te brengen. Als je dat gaat oefenen, kun je er zowel in je werk als privé heel veel mee."

Meer informatie: [www.atscandium.nl](http://www.atscandium.nl). Schrijf [hier](#) in voor het SVC-congres en de workshop Met Tan Tien effectiever (zelf)coachen en Healing arts.

## **GIDEON EN VANESSA STIJNS-LUYTEN: "JE KRIJGT HEEL SNEL INZICHT IN WAT ER VAN JOU IS EN WAT ER BIJ DE ANDER HOORT."**

*Wat is kenmerkend voor jullie werkwijze?*

"We stemmen op intuïtieve wijze af op de groep. We werken niet alleen met woorden maar ook met meditatie, waardoor je een andere, vaak diepere ervaring krijgt. Een soort weten van binnen."



*Hoe past Energiemanagement in de coachpraktijk?*

"Je krijgt heel snel inzicht in wat er van jou is en wat er bij de ander hoort. Daardoor blijf je ook makkelijker bij jezelf."

*Wat nemen mensen na de workshop mee naar huis?*

"Een stukje inzicht in zichzelf, en nieuwsgierigheid: waarom heb ik dat nooit eerder gezien, hoe zit het nou echt? Je wilt verder kijken."

Meer informatie: [www.ijibenthelder.nl](http://www.ijibenthelder.nl). Schrijf [hier](#) in voor het SVC-congres en de workshop Energiemanagement.

## **PERFORMA 2009**

Op 7 en 8 oktober kunt u SchoolvoorCoaching ontmoeten op [Performa 2009](#) in hal 1, stand D 103. Performa is de grootste jaarlijkse HR-vakbeurs in de Benelux. U kunt er kennismaken van opleidingen en HR-diensten, en deelnemen aan dag(deel) congressen. Ans Tros is een van de sprekers op de Landelijke Conferentie Coachen, met als thema Het Rendement van coachen op woensdagmiddag 7 oktober om 13.00 uur. U kunt verder kiezen uit drie andere dagdeelcongressen (Het Nieuwe Werken, Het Rendement van Coachen, Beloningen onder vuur en Brain@Work) en twee dagcongressen ('Leiden in ontwikkeling' en 'De toekomst van HR').

## **VOOR SNELLE BESLISSERS**

Zelfcoaching voor dertigers, nu kies ik	<a href="#">29 september 2009</a>
Loopbaancoaching	<a href="#">5 oktober 2009</a>
Individuele Coachtechnieken deel 1	<a href="#">5 oktober 2009</a>
<b>Nieuw:</b> Training Vitaliteit door (zelf)coaching,	<a href="#">13 oktober. (met introductiekorting).</a>

Een compleet overzicht van al onze trainingen, workshops en andere activiteiten voor 2009 vindt u in de [Opleidingskalender](#).

Uitschrijven? [Klik hier](#) om u direct uit te schrijven.



**SvC SchoolvoorCoaching BV**  
Kanaalpark 144  
2321 JV LEIDEN

Telefoon 071 - 512 35 07  
Fax 071 - 514 83 76

**Email:**  
[svc@schoolvoorcoaching.nl](mailto:svc@schoolvoorcoaching.nl)

**Web:**  
[www.schoolvoorcoaching.nl](http://www.schoolvoorcoaching.nl)