

Train de trainer Klein Geluk, VEEL voor weinig! 😊

De methode *Klein Geluk met Positieve Gezondheid* is een krachtig en effectief traject waarin je leert alle mogelijkheden die voorhanden zijn te gebruiken.

Je leert hoe je (groepen) mensen kunt begeleiden en stimuleren om

- Weer het heft in eigen handen te nemen;
- Meer aandacht te hebben voor hun lichaam via de nieuwste mindfulness-technieken;
- Actief te kijken naar mogelijkheden via het Spinnenweb van Positieve Gezondheid;
- En letterlijk in beweging te komen.

Trainer Inge is een ervaren trainer die je gul en creatief onderwijst in de kneepjes van het vak (aandacht beoefening, methodiek en didactiek).

Je gaat de recepten goed leren kennen, omdat je alle bijzonderheden eerst zelf gaat ervaren.

Hierdoor leer je spelenderwijs hoe je mantelzorgers (en/of mensen met een aandoening) **optimaal** kunt begeleiden om echt goed voor zichzelf te zorgen.

Deelnemers aan het woord:

“Ik heb genoten. Ik ga vol energie naar huis met nieuwe inzichten en materiaal om mee aan de slag te gaan.”

“Interactief, bruisend, helpend, inspirerend.”

“Praktisch, mooie werkvormen. Al oefenend leren. Mooie thuiswerkopdracht, houd je alert.”

Tijdens de training maken we je vertrouwd met het boek *Klein geluk voor de mantelzorger*. Je leert hoe je anderen enthousiast kan krijgen. We gebruiken het spinnenweb van Positieve Gezondheid en vertalen dat met behulp van het boek heel praktisch naar jouw doelgroep.



Na afloop, voel je je zeker om met behulp van het boek en nieuwe didactische vaardigheden, anderen in beweging te krijgen en te ondersteunen. Je weet hoe je de mantelzorgers kunt verleiden tot het uitproberen van nieuw gedrag. Je kunt mantelzorgers individueel begeleiden met gebruikmaking van dit boek, maar je bent ook in staat om de werkvormen toe te passen met een groep, bijvoorbeeld in een workshop of een mantelzorgcafé.

Daarmee werken we aan het voorkomen van overbelasting.

VOOR WIE

Deze train de trainer is speciaal ontwikkeld voor professionals in welzijn en zorg, zoals mantelzorgondersteuners, coördinatoren, trainers, mantelzorgmakelaars, welzijnswerkers enz.

DUUR

18 uur (3 dagen van 6 uur) + 45-50' coaching

10:00- 16:00 uur

LOCATIE

Landgoed Amelisweerd (bij Utrecht)

DEELNEMERS

8-12

REGISTERPUNTEN

26

DUUR TRAINING

3 donderdagen: 23 januari, 13 februari en 20 maart

€795 per deelnemer, neem je jouw collega mee? Dan betaal je €745 per persoon.

Het bedrag is inclusief het boek *Klein geluk voor de mantelzorgers* en het verblijf – thee, koffie, lekkers, fruit en lunch.

De training is btw vrij vanwege CRKBO registratie.

EVALUATIE

De training kreeg in 2024 van de deelnemers een 8,7

Praktisch, klein geluk met denk ik grootst resultaat. Is toepasbaar in leven van alle dag. Helder, duidelijke uitleg. Goed toe te passen in de praktijk.

*Fijne praktische training. Vooral ook het coaching gesprek was zeer waardevol.
Inspirerend*

Inge, je bent een schatkist vol ervaring, heel fijn.

DOOR WIE

De training wordt gegeven door Inge Jager. Zij is sinds 25 jaar communicatie en persoonlijke effectiviteit trainer en één van de auteurs van *Klein geluk voor de mantelzorger*. Tevens is ze docente aan de opleiding Neuro-Sensitieve Mindfulness, een tweejarige opleiding tot trainer en coach.

