



1. Ik vertrek

- Het vuur aansteken
- Behoeftes en verlangens
- Hobbels en valkuilen
- Loslaten van controle
- **Formuleren leervraag**



2. Stilstaan is vooruitgaan

- Effecten en fases van stilstaan
- **Waarom is stilstaan zo lastig?**
- Wat kun en ga je doen om meer rust en ruimte te ervaren?
- **In de stilte leren zijn**



3. Trip down memory lane

- Het ontstaan van jouw overtuigingen
- De werking van je brein
- **Je levenslijn wandelen**
- Loslaten van niet helpende overtuigingen



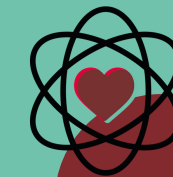
8. Welkom thuis

- Successen vieren
- **Oogst binnenhalen**
- Oordelen en meningen
- Jouw levensles



ONTLAAT.

Modules & Thema's



4. Hier sta ik voor

- Wat zijn je waarden, waar sta je voor?
- **Hoe blijf je trouw aan jouw waarden?**
- Waarden in werk en relaties
- 'Een leven overdoen'; terug- en vooruitkijken



7. Leider sta op

- Kwetsbaar zijn
- Aandacht en focus
- Onafhankelijkheid in relatie tot je omgeving
- **Jouw doorbraak**



- Kracht van een goede start van de dag
- Jezelf voeden: zelfliefde
- Oefening 'ontspullen'
- Inspiratie over een zelfvoorzienend leven
- **Voeding en beweging**



5. Geluk zit in mijn lichaam

- **Op zoek naar jouw unieke talent**
- Wat is jouw passie?
- Hoe blijf je in flow?
- Manifesteren



6. Power on