

Ontplooi de wereld...
creëer je eigen geluk!



De Geluksroute

De Geluksroute

Wat is geluk? Kun je dit pakken? Is het meetbaar? Hoe werkt dat in organisaties en hoe werkt dat voor jou en jouw sociale omgeving? Maak kennis met de Geluksroute: InnerVida's gloednieuwe initiatief met als doel iedereen in Nederland gelukkig te maken.

Geluk kun je leren, maar beter nog: geluk kun je ervaren.

Waarom de Geluksroute?

Er is een toenemende vraag naar geluk merkbaar in onze maatschappij. Geluk niet als een doel op zich maar als de weg naar meer levenstevredenheid. Het bevorderen van geluk is tevens erkend als één van de fundamentele doelen door de Algemene Vergadering van de VN. Gelukkig zijn maakt gezond. Zo krijg je meer energie en zorgt het voor meer daadkracht in je leven. Maar... geluk komt niet zomaar aanwaaien, je moet er wel wat voor doen!



Wat is de Geluksroute?

De Geluksroute is een combinatie van een route door een gemeente en een inspirerende ervaring in en naar geluk. Word je bewust van wat geluk nou eigenlijk is. InnerVida werkt daarbij samen met gemeentes door heel Nederland om de Geluksroutes te organiseren. Met elkaar gaan we op zoek naar geluk; hoe je het geluk in jezelf en je omgeving kan vinden en versterken.

Voor wie?

Eén van de belangrijkste factoren van geluk is "het delen en ervaren met andere mensen". En dat is nou precies waar het bij de Geluksroute om draait! De Geluksroute is er voor individuen, teams en organisaties. Voor iedereen die een positieve kijk op het leven wil ontwikkelen en aan zijn/haar geluk wil werken en... dat van anderen!

Het programma

Tijdens de Geluksroute ervaar je de weg naar geluk en word je je bewust van wat geluk voor jou persoonlijk is. Door middel van inspirerende interventies op bijzondere locaties krijg je nieuwe inzichten die verrijkend zijn. Gedurende deze dag komen de volgende elementen aan bod:

- Zelfreflectie en zelfontplooiing staan centraal;
- De kracht van je eigen geluk en dat van anderen;
- Dynamische, op wetenschappelijk onderzoek gebaseerde interventies;
- De 7 Habits of Happiness;
- De weg van en naar geluk.



Waar?

Een route door bijzondere en inspirerende gemeentes in Nederland.

De trainers?

Pt. Tatiana van Rijswijk-Koot: Int. Gecertificeerd trainer/coach en andere gecertificeerde trainers/coaches.

Je investering

Je investering is incl. koffie/thee, uitgebreide lunch en afsluitende borrel. Voor informatie, actuele kosten en data neem je contact met ons op: info@innervida.nl of 010-8466404.

Het maximale aantal deelnemers is 15.

InnerVida

Tobias Asserlaan 3 | 2662 SB Bergschenhoek | T 010 - 846 64 04

www.innervida.nl

InnerVida is geregistreerd en aangesloten bij de (branche)organisaties en beroepsvereniging:
Nederlandsche Federatie Gezondheidszorg, RBCZ, Nederlandse Vereniging voor NLP, Noloc, CRKBO



InnerVida[®]
Ontplooiing op maat