

Nieuwsbrief 10, juli 2014

Wil je na je vakantie weer ontspannen naar je werk? Doe jezelf een wandelcoachtraject cadeau!



Reuzenberenklauw in de Broekpolder

Nog even en het is weer zover!

De vakanties staan voor de deur, heerlijk op reis, loskomen van werk, school en dagelijkse routines.

Boeken mee, de natuur in, uitrusten, op het strand liggen, of misschien wel zingen of schilderen in een mooie omgeving. Ontspannende en energie gevende activiteiten ontplooiën zodat we er na de vakantie weer 'tegen aan kunnen'.

Zo ga ik zelf de Coast to Coast lange afstandswandeling lopen in Engeland. Van het Lake District aan de Ierse zee ruim 300 kilometer oostwaarts naar de Noordzee. Ik verheug me er op! Even alleen maar lopen en genieten van de natuur.

En als ik thuiskom wandel ik weer heerlijk verder in de Broekpolder of in de Amelisweerd. Misschien wel met jou of je team!

Om samen te kijken hoe je je opgedane energie op peil kunt houden door met plezier te werken, je kwaliteiten in te zetten, je persoonlijke effectiviteit te vergroten of je grenzen beter te stellen.



Distel



Kaasjeskruid

Van harte welkom voor een kennismakingswandeling voor of na je vakantie!
Neem contact met me op voor meer informatie info@tinekefranssen.nl.

Harriët (37) werkt drie jaar bij het Ministerie van Binnenlandse Zaken.
Eerst als projectleider ICT. Maar de verantwoordelijkheid valt haar zwaar.
Ze heeft veel stress en wordt er ziek van.

Na een korte pas op de plaats re-integreert ze in een andere functie,
plaatsvervangend afdelingshoofd van een stafafdeling. De faciliterende rol
bevalt haar goed en het team is leuk. Harriët doet het goed en iedereen is
tevreden.

Maar dan komt er de aankondiging van een reorganisatie en er is kans dat ze
boventallig wordt. Dat is Pech.
Of toch niet?

Lees [hier](#) hoe het wandelcoachtraject 'Ontdek je talent en wie je bent'
met Harriët verloopt.



Vier wandelingen op weg naar plezier in je werk!

Ontdek je talent en wie je bent

Drie jaar geleden ben ik samen gaan werken met Hilde Backus van Het
Coachbureau in Utrecht. Hilde ontwikkelde het loopbaantraject 'Ontdek je
talent en wie je bent' en schreef het boek "Op weg naar plezier in je werk".
Daarnaast verzorgt zij de opleiding 'Wandelcoach worden'.

www.coachbureau.nl



Stiltwandelingen in de Broekpolder:

(onder voorbehoud)

Zaterdag 20 september van 7.30 -9.00 uur

Zaterdag 18 oktober van 7.30 -9.00 uur

Zaterdag 15 november van 8.00- 9.30 uur

Er zijn geen kosten aan de stilte wandelingen verbonden.

Je kunt jezelf van tevoren aanmelden met behulp van het [contactformulier](#).

De wandelingen gaan alleen door bij voldoende deelnemers.

Aanmelding kan tot twee dagen voor de geplande wandeling.

Tineke Franssen
Hogelaan 21
3134 VJ Vlaardingen
T: 06 49130803
E: info@tinekefranssen.nl
www.tinekefranssen.nl

Je ontvangt deze nieuwsbrief omdat je in mijn adresbestand staat of ooit van mijn diensten gebruik hebt gemaakt.

Als je je gegevens wilt wijzigen (naam of emailadres) dan kun je dat [hier](#) doen.

Als je je wilt uitschrijven voor mijn nieuwsbrief dan doe je dat [hier](#).

Ontvang je deze nieuwsbrief van vrienden of bekenden en wil je hem zelf voortaan ook ontvangen meld je dan [hier](#) aan.
