



2014 een jaar om stappen te zetten!

Nieuwsbrief 07, januari 2014

Met veel plezier mail ik je mijn eerste nieuwsbrief van het nieuwe jaar!
Ik wens je alle goeds en hoop dat je in 2014 stappen kunt zetten richting evenwicht en balans, plezier in het werk, wellicht ander werk, ruimte voor de natuur, stilte momenten en aandacht voor geliefden, familie en vrienden.

Hans zette zijn stappen al in 2013. Hij voelde zich moe en was bang burn-out te raken. Hij wilde zich weer 'vrij voelen als een vogel'. [Lees zijn verhaal](#) en raak geïnspireerd!



Tien wijze lessen kreeg ik mee op de valreep van het vorig jaar
Ik wil ze graag met je delen

Werk met plezier
Luister naar je lijf
Beweeg elke dag
Haast je langzaam
Maak tijd voor vrienden
Wees tevreden met jezelf
Hecht niet aan bezit
Bekijk het positief
Leef in het heden
Doe het nu



Ontdek je Talent

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'.

Afgelopen jaar wandelde ik met Hans. Hij zette stappen naar een leven waarbij hij meer ging vertrouwen op zijn eigen kracht en zich minder ging richten op de ander. [Lees zijn verhaal!](#)

Het lopende team

Hét alternatief voor een vorm van teamcoaching tussen vier muren!

Een op maat gemaakt [team wandel programma](#) in de Broekpolder. Een hele of halve dag, met behulp van diverse opdrachten en werkvormen in de natuur. Op maat gemaakt en afgestemd op de wensen van het team.



Stiltewandelingen in de Broekpolder

Van 9.00 - 10.30 uur.

Zaterdag 25 januari

Zaterdag 15 februari

Er zijn geen kosten aan deze 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 e-mailadres) 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.