

**‘Kijk verder dan je neus lang is’**  
**Gebruik creatieve technieken om tot meer en betere oplossingen te komen.**



**Edufit, Graaf Florisweg 30, 2805 AL Gouda**  
**tel: 0182 - 519292, [www.edufit.nl](http://www.edufit.nl), [info@edufit.nl](mailto:info@edufit.nl)**

## **Wil je meer regie over jouw eigen leven?**

Edufit is een bureau met als missie: inspireren, stimuleren en ondersteunen van particulieren, professionals, en organisaties op het gebied van Educatie, Bewegen en Gezondheid. Daarom organiseren wij in onze accommodatie nabij het centrum van Gouda, persoonlijke inspiratieworkshops.

### **Persoonlijke inspiratieworkshops**

De inspiratieworkshops zijn bedoeld voor iedereen die meer regie over zijn eigen leven wil krijgen en zijn efficiëntie, effectiviteit of werkplezier wil vergroten.

### **Workshop ‘Kijk verder dan je neus lang is’**

#### **Gebruik creatieve technieken om tot meer en betere oplossingen te komen.**

Creatief denken zorgt voor nieuwe invalshoeken, doorbreekt vastgeroeste denkpatronen en leidt tot nieuwe oplossingen.

Tijdens de workshop ‘Kijk verder dan je neus lang is’ ga je creatieve technieken gebruiken om oplossingen en ideeën te bedenken voor een persoonlijke vraag.

Mogelijk heb je een vraag of probleem en weet je ook wel een aantal oplossingen, maar toch kom je niet tot actie. Dit kan komen omdat je eigenlijk niets wil veranderen of het zelf niet als probleem ervaart. Het kan ook zo zijn dat de oplossingen die je ziet, niet goed voelen. Dan kan het handig zijn om meer oplossingen te krijgen zodat je beter kunt kiezen.

Tijdens de workshop ontstaat er door het toepassen van creatieve technieken, een lange lijst met ideeën en oplossingen voor jouw vraag. Aan de hand van deze lijst ga je aan de slag om ideeën uit deze lijst te selecteren en uit te werken.

Het creatieve proces wordt afgerond met een persoonlijk actieplan, zodat je direct aan de slag kunt gaan.

## Doelen

Na afloop van de workshop kunnen de deelnemers:

- een goede eigen werkvraag formuleren
- op een creatieve manier komen tot heel veel oplossingen
- uit de oplossingen een keuze maken en daarmee zelf aan de slag gaan

## Programma

- Activerende opening en introductie
- Kennismaking
- Werkvraag stellen: Waar wil ik antwoord op?
- Oplossingen verzamelen: Hoe kan ik mijn vraag op een originele manier oplossen?
- Kiezen, ontwikkelen en verbinden aan acties: Wat is voor mij de beste oplossing en hoe ga ik daarmee aan de slag?
- Afsluiting

## Visie op opleiden en leren

De workshop is opgebouwd volgens het lesconcept van activerend opleiden. Daarnaast wordt bij de keuze van de werkvormen rekening gehouden met de verschillende soorten intelligenties. Hierdoor is de workshop afwisselend en interactief, en heb je voldoende mogelijkheden om de informatie toe te passen.

## De docente/trainer

De workshop wordt gegeven door **Titeke Postma**.

Titeke is creatief denker en bewegingswetenschapper.

Ze zet mensen op een creatieve, verrassende manier aan het denken en 'in beweging'. Ze stimuleert mensen een andere bril op te zetten en kansen te zien. Reacties als 'ja maar, dat kan helemaal niet' of 'dat wil ik niet, dat gaat toch niet lukken' leert ze je af.

Haar motto: 'kansen zoeken, vinden en pakken'.



## Groepsgrootte

De minimale groepsgrootte is 5 personen. Maximaal kunnen 15 personen deelnemen. Van de deelnemers wordt een actieve deelname verwacht.

## Locatie en bereikbaarheid

De training wordt gegeven bij Edufit in Gouda.

De bereikbaarheid van de locatie is uitstekend: Gouda Centraal Station bevindt zich op 5 min loopafstand.

Met de auto kun je vanaf de A12, de A20, de N11 en de N207 de accommodatie in 8 minuten bereiken.

Edufit heeft 8 parkeerplaatsen op eigen terrein waar je gratis kunt parkeren. Mochten deze parkeerplaatsen bezet zijn, kun je betaald parkeren op twee grote parkeerterreinen in de directe omgeving.



## Inschrijven en betalen

Je kunt je inschrijven via het inschrijfformulier op de website.

De kosten voor deze workshop zijn **€ 125,00**. Dit bedrag is inclusief 19 % btw, materialen en koffie/thee. Na afloop van de workshop ontvang je een factuur.

De workshop kan ook in-company worden gegeven.

## Contact

Voor aanvullende informatie kun je contact opnemen met

Lia Bijkerk op 0182-519292 of via e-mail: [l.bijkerk@edufit.nl](mailto:l.bijkerk@edufit.nl)