

“ 5 dagen HERBRONNEN ”

De natuur als inspiratiebron!

## Opleiding tot Wandelcoach

Velen hebben geen verbinding meer met de natuur (het grotere geheel) en de eigen natuur of eigen kern. Wie ben ik? Wat wil ik? Welk is mijn persoonlijke weg? Hoe sta ik in relaties? Hoe kan ik de natuur, waar ik deel van uitmaak, benutten om meer in mijn kracht te gaan staan? Wie met zijn kern is geconnecteerd ervaart een gezond zelfvertrouwen en veerkracht, en gaat -met de flow mee- de toekomst vol vertrouwen tegemoet.

*‘Wanneer je ergens van je levenspad bent afgeraakt en niet meer weet wat je bestemming is, geeft dat spijt en verdriet om een gemist leven ... Pas als je levenskeuzes steeds kloppen met wie je bent en wat je belangrijk vindt, kun je je gelukkig voelen. In die zin loopt de weg naar welbevinden via trouw aan jezelf.’*

–Marlies Terstegge

### INHOUD

**Leerobjectief:** Inzichten verwerven en methodieken aanleren om, voor zichzelf en anderen, de natuur te kunnen benutten als een spiegel van het onbewuste. Vandaaruit komen tot een beter zelfinzicht, de juiste beslissingen en meer geluk. De link kunnen leggen met “duurzaam” leven en werken.

Deze basisopleiding is een echte “eye opener”. De natuur spiegelt ons onbewuste en creëert heel veel rust en vermogen tot reflectie. De natuur is veilig maar ook confronterend. Aldus komen we veel sneller tot bepaalde inzichten en zelfleiderschap. **Inhoudelijk wordt de focus gelegd op relaties, loopbanen, gelukkig leven, en omgaan met stress.**

Topics:

- Intuïtie openen; inspiratie uit de natuur horen, zien en voelen
- Wandelen met of zonder doel, met of zonder vraag
- Levensboom, levensloop wandeling
- Relatiepatronen onder de loupe
- Systeemopstelling met bomen
- Natuur en loopbaan
- Ontdekken van talenten
- Medicijnwiel
- Stress en gezondheid

### DOELGROEP

Coaches en HR professionals die out-of the box durven denken en handelen. Mensen die voor zichzelf en/of anderen een betere verbondenheid met de eigen kern willen realiseren.

### DIDACTISCHE AANPAK

Deze training gaat door in Zuid-Frankrijk (regio Puycelisi). Een inspirerende omgeving met prachtige ongerepte natuur, is het kader waar deze unieke opleiding het best tot zijn recht kan komen. Wandelcoaching en mindful praktijk zijn de didactische vormen die worden aangewend.

### KOST

870 euro voor vijf inspirerende workshops. Cursusmateriaal en lunches zijn inbegrepen.

Trainer is Lut Van Mossevelde. Ze is gecertificeerd wandelcoach, experte in duurzame inzetbaarheid en werkt reeds jaren rond geluk, gezondheid en duurzaamheid in een professionele en privé context.

**GEINTERESSEERD? CONTACTEER ONS VIA +32 476 96 39 59**  
of [info@sustainableworking.org](mailto:info@sustainableworking.org)

