



Teamdagen

Wil jouw organisatie aandacht besteden aan vitaliteit? Stel dan jullie Teamdag samen met onderstaande suggesties. Of neem contact met ons op zodat wij mee kunnen denken over jullie vraagstuk. Je kunt aansluitend op de training ook vergaderen en uiteraard verzorgen wij de dag met een heerlijke lunch en hapjes. Vitaliteit is verbonden met lichamelijke en mentale gezondheid, werkgeluk en zingeving, bestaanszekerheid en gezonde relaties. Hier op richten wij ons aanbod.

Workshops Vitaliteit, Natuurvoeding, Persoonlijke Ontwikkeling & Werk

Workshop van 1 of 2 uur of een halve/hele dag, tarief in overleg en op basis van jullie vraag.

Vitaliteit en natuurvoeding

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Wat is vitaliteit? | <input type="checkbox"/> Vaker vegetarisch |
| <input type="checkbox"/> De basis van natuurvoeding | <input type="checkbox"/> Suikers en koolhydraten |
| <input type="checkbox"/> Ontbijtoppers | <input type="checkbox"/> Een gezondere relatie met eten |
| <input type="checkbox"/> Healthy High Tea | <input type="checkbox"/> Meditatie |

Persoonlijke ontwikkeling

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Regie op eigen leven | <input type="checkbox"/> Persoonlijke waarden |
| <input type="checkbox"/> Wat kost en geeft energie? | <input type="checkbox"/> Wat is jouw Ikigai |
| <input type="checkbox"/> Grenzen aangeven, nee zeggen | <input type="checkbox"/> Maak je f*ck-it list |
| <input type="checkbox"/> Verbindende communicatie | <input type="checkbox"/> Wat wil je wel in plaats van niet? |
| <input type="checkbox"/> Echt luisteren! | <input type="checkbox"/> Herken je triggers en overtuigingen |
| <input type="checkbox"/> Basisbehoeften en keuzes maken | <input type="checkbox"/> Work Life balans |

Werk

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Kwaliteitenspel | <input type="checkbox"/> Inspirerend leiderschap |
| <input type="checkbox"/> Prioriteiten stellen | <input type="checkbox"/> Kernkwadranten |
| <input type="checkbox"/> Intervisie/supervisie | <input type="checkbox"/> Omgaan met weerstanden op het werk |
| <input type="checkbox"/> Feedback geven in verbindende communicatie | <input type="checkbox"/> Petje op en af, bekijk het eens van de andere kant |
| <input type="checkbox"/> Veranderen doe je zo! | <input type="checkbox"/> Vertrouwen en verbinden van je team |
| <input type="checkbox"/> Zingeving, ook op je werk | <input type="checkbox"/> Omdenken |

Maatwerk

- Naast het organiseren van teamdagen bieden wij bedrijfsconsultancy, training en coaching op maat op het gebied van work-life vraagstukken en vitaliteit.
- Eén van onze trainers kan jullie teamdag begeleiden.
- Informeer naar de andere maatwerkoplossingen, geen bedrijf of team is hetzelfde, we passen het thema en de inhoud graag aan jullie vraag aan.



De locatie

In 2021 hebben wij ons pand geheel gerenoveerd. De sfeervolle ruime woonkeuken met 3 ronde tafels (40 m²) is geschikt voor ongeveer 8-12 personen. Hier serveren we de lunch en is ook geschikt voor training of vergadering.

De trainingsruimte (60 m²) biedt ruimte aan maximaal 12-14 personen. Het is mogelijk aansluitend op een training of workshop een dagdeel met het eigen team te vergaderen.

Tarieven

Vergaderruimte aansluitend op een training € 75,00 per dagdeel.

Buiten: Onze locatie 'VONK', heeft een binnentuin, ligt aan een mooie wandelroute en heeft gratis parkeergelegenheid

Faciliteiten: Gebruik Wifi, vrijdbaar TV scherm en flipover inbegrepen.



Verzorging tijdens een teamdag

Op onze locatie werken we met biologische, pure, verse producten van het seizoen, zoveel mogelijk lokaal ingekocht. Een lunch die de vitaliteit versterkt met onder andere soep, salade en stevig brood.

Arrangement met lunch* € 19,50 per persoon

Biologische lunch	inbegrepen
Koffie en thee met lekkers en fruit	onbeperkt
Water en smaakwater	onbeperkt

Arrangement zonder lunch € 4,50 per persoon

Koffie en thee met lekkers en fruit	onbeperkt
Water en smaakwater	onbeperkt

*Met diner € 24,95. Alle tarieven zijn exclusief BTW.



Contactgegevens:

Elly Punselie: natuurvoedingsadviseur, coach, therapeut en trainer persoonlijke ontwikkeling www.naturelly.nl

Edwin Vonk: coach, therapeut en trainer persoonlijke ontwikkeling, financieel adviseur www.edwinvonk.com

Aanvragen via Elly Punselie, stuur een mail naar info@naturelly.nl of bel 06-25008806

Locatie VONK Bredaseweg 41 4844 CK TERHEIJDEN Klik [hier](#) voor de route.

