



# Pak in één dag (weer) de regie over je leven!

Gooi de trossen los, kies het ruime sop, ga overstag, wees een rots in de branding, gooi het roer om, bepaal je koers en blaas weer wind in je zeilen!

## Vraag je je wel eens af...

'Wat is voor mij belangrijk?, Wat wil ik in het leven?, Waarom doe ik wat ik doe? En waarom doe ik het op die manier?'. Wat zou jij nog willen veranderen? En wat remt je nog?

Voor wie concreet met dit soort vragen aan de slag wil, is er nu 'Kapitein op mijn schip!': een nieuwe, ééndaagse training van Exelix. Na één dag voel je nieuwe energie om dingen op te pakken en heb je meer zicht op de koers die jij wilt varen.

## Wat komt er aan bod?

De dag is verdeeld in 3 stappen: we gaan eens kijken naar waar jouw beren en valkuilen zitten, wat je graag zou willen ontwikkelen en hoe je dat kunt bereiken. Hoe kun je zelf de regie (weer) pakken? Waar liggen je kansen en mogelijkheden? En van wie krijg jij energie?

'Kapitein op mijn schip!' kun je beschouwen als een mooie eerste verkenning om eens opnieuw te bepalen waar je staat en waar je naar toe wilt. Je gaat naar huis met een nieuw gevoel van richting, energie en inspiratie!

## Met de hele afdeling?

Opnieuw koers uitzetten met je hele afdeling kan ook. Daarvoor hebben we een apart programma ontwikkeld dat meer is toegespitst op de organisatie. Elke medewerker afzonderlijk krijgt een impuls maar de afdeling als geheel ook! Je leert elkaar in korte tijd veel beter kennen door kernvragen met elkaar te delen.

## Praktische informatie

'Kapitein op mijn schip' is een afwisselend programma van 9 tot 5 uur. Praktische oefeningen en theoretische verdieping. Het maximaal aantal deelnemers is 15 per keer. Locatie: midden van het land.

## Prijs

De prijs voor de hele dag is € 275,= p.p. inclusief materialen, koffie, thee en lunch. Hierover wordt geen BTW geheven, omdat het om een onderwijsactiviteit gaat en Exelix is geregistreerd bij het Centraal Register Kort Beroepsonderwijs.

Wie na deze dag meer verdieping zoekt en zich inschrijft voor het vierdaagse Personal Development Seminar krijgt maar liefst 15% korting op de inschrijfkosten. Je betaalt dan € 1.615,= i.p.v. € 1.900,=, exclusief verblijfkosten.

## Exelix

Wij verzorgen al jaren het Personal Development Seminar en hebben dus veel ervaring met thema's rondom persoonlijke ontwikkeling en bewustwording. Laat je ook eens inspireren door de verhalen van deelnemers op onze website [www.exelix.nl](http://www.exelix.nl).

Exelix  
Personal Development  
Postbus 9093, 1180 MB Amstelveen  
Tel.: +31 (0)297 - 368998  
[www.exelix.nl](http://www.exelix.nl), [info@exelix.nl](mailto:info@exelix.nl)