



hetontwikkelingsinstituut.be

Training:

Gelukkig zijn kan je leren

Voorjaar

2023

Beste,

Graag nodig ik je uit voor een boeiende zevendaagse opleiding voor persoonlijke groei en ontwikkeling om weer gelukkig en stevig in het leven te staan.

Het basisprincipe is dat je jouw leven kan veranderen, als je maar bereid bent om het verleden los te laten en om anders te denken. Met de gedachten die we denken en de woorden die we spreken creëren we onze ervaringen alsook onze toekomst.

In deze transformerende training leer je hoe je dat doet. Het is een ontdekkingsreis naar jezelf zodat jij je innerlijke kracht weer kan toelaten. Het is een kans om jezelf beter te leren kennen, innerlijke rust te vinden, en om meer van jezelf te gaan houden. Zelfwaardering, zelfvertrouwen en liefde voor jezelf én voor anderen staan centraal.

Het leven is niet iets dat je overkomt, je staat zelf aan het stuur van je leven om er iets heel waardevols van te maken. Je gelukkig voelen is binnen handbereik als je bereid bent om het toe te laten en je gedachtenpatronen te veranderen.

In deze training ontdek je een eenvoudige toolbox vol inspirerende inzichten alsook praktische oefeningen die je dagelijks hiervoor kan gebruiken. Visualisaties, affirmaties en spiegelwerk vormen een belangrijk onderdeel hiervan.

Gelukkig zijn betekent niet dat er soms geen obstakels kunnen zijn, het betekent wel dat je er op een eerlijke en veerkrachtige manier mee kan omgaan zodat je kan genieten van wat er wél is en het positieve in het leven kan blijven aantrekken.

Je veranderingsproces begint met bewustwording van je beperkende overtuigingen over jezelf en de belangrijkste aspecten in jouw leven. Het zijn deze overtuigingen die je blokkeren om gelukkig te zijn en om het goede toe te laten. Door gebruik te maken van de kracht van liefde en van positieve gedachten zal je leven snel positief veranderen.

Deze training is gebaseerd op de principes van de bestsellers 'Je kunt je leven helen' en 'Gebruik je innerlijke kracht' van L. Hay, en 'Ordering from the cosmic kitchen' van Patricia Crane, alsook op de inzichten van jarenlange praktijkervaring als Internationaal Heal Your Life® Licensed Teacher, Perfectionisme Coach en NLP trainer.

Sven Kerremans
Trainer

1. Wat mag je verwachten ?

1. Helderheid in je denken krijgen
2. Handvaten om de kwaliteit van je leven te verbeteren
3. Begrijpen wat je tegenhoudt om vooruit te gaan
4. Blokkades, weerstanden en oude emoties uit de weg ruimen
5. Begrijpen, vergeven en relaties herstellen
6. Innerlijke rust en harmonie
7. Mildheid naar onszelf en anderen
8. Het leven weer vertrouwen en het als iets vriendelijks zien
9. Je eigen kracht en innerlijke wijsheid te ontdekken
10. De leiding over je leven te nemen
11. Gelukkig in het leven staan

2. Wat verwachten we van jou ?

1. Dat je met een open geest deelneemt en bereid bent om aan jezelf te werken
2. Dat je gemotiveerd bent om dagelijks thuisoefeningen te doen. Het zijn deze oefeningen die ervoor zullen zorgen dat je nieuwe patronen ontwikkelt die je gelukkiger in het leven laten staan.
3. Het boek 'Je kunt je leven helen' van L. Hay lezen.

3. Programma

Dag 1: Wat houdt je tegen om gelukkig te zijn?

Introductie van basis principes en de kracht in ons
 Hoe onze gedachten en overtuigingen ons leven vorm geeft
 Bewustwording van negatieve gedachten en hoe wij ze kunnen veranderen

Dag 2: Wees je eigen beste vriend

Zelfliefde en -waardering ervaren en beter begrijpen
 Het innerlijk kind helen
 Omgaan met moeilijke emoties

Dag 3: Laat los en vergeef

Destructieve emoties herkennen en loslaten
 Je gevoelens op een positieve manier uiten
 Begrijpen, vergeven en loslaten

Dag 4: Ontdek je innerlijke kracht

Loslaten van angst
 Zelfvertrouwen
 Vertrouwen hebben in het leven

Dag 5: Zo maak je goede vrienden en relaties

Omgaan met onvolmaaktheid
De prijs van oordeel en kritiek
De kracht van mildheid en waardering

Dag 6: Werk, succes en voorspoed

Het totaal aan mogelijkheden
Onszelf bevrijden van destructieve denkpatronen
Dankbaarheid opbouwen

Dag 7: Je nieuwe zelf

Wie ben je?
Een nieuwe toekomst toelaten
Een dagelijks plan

4. Data

Gelukkig zijn kan je leren - voorjaar 2023 - "De Stal" in Ranst - Sven Kerremans

datum	Locatie	start	einde	Trainer
woensdag 26 april 2023	"De Stal" in Ranst	9u30	17u00	Sven Kerremans
woensdag 10 mei 2023	"De Stal" in Ranst	9u30	17u00	Sven Kerremans
woensdag 14 juni 2023	"De Stal" in Ranst	9u30	17u00	Sven Kerremans
woensdag 6 september 2023	"De Stal" in Ranst	9u30	17u00	Sven Kerremans
woensdag 4 oktober 2023	"De Stal" in Ranst	9u30	17u00	Sven Kerremans
woensdag 15 november 2023	"De Stal" in Ranst	9u30	17u00	Sven Kerremans
woensdag 13 december 2023	"De Stal" in Ranst	9u30	17u00	Sven Kerremans
Online intervisie				
wordt later ingepland	Via Zoom	19u15	21u15	Sven Kerremans

5. Kennismakingsavond of intakegesprek

Als je interesse voelt in de opleiding nodigen we je graag uit voor een Infomoment. Je krijgt daar een duidelijk zicht op wat de opleiding kan bieden. Ook komen al je vragen aan bod.

Als je niet aanwezig kan zijn op een infomoment nodigen we je uit een online gesprek aan te vragen bij Sven Kerremans via mail sven@hetontwikkelingsinstituut.be

6. Doelgroep

- Deze training richt zich naar mensen die geloven dat ze positieve impact kunnen hebben op hun manier van in het leven staan.
- De opleiding staat open voor deelnemers die nieuwsgierig zijn en willen ervaren hoe kleine acties een grote positieve bijdrage kunnen geven aan hun manier van leven

7. Begeleiding

Hoofdtrainer gedurende gans het traject: **Sven Kerremans**

In 2010 certificeerde Sven zich tot NLP Master Practitioner bij de School voor NLP, de voorloper van Het Ontwikkelingsinstituut. Daarna assisteerde hij bij verschillende NLP-trainingen. Zijn kennis geeft hij nu door in allerlei NLP-opleidingen en bedrijfstrainingen. Sven is ook internationaal erkend 'Heal your life'-trainer naar de filosofie van Louise Hay.

8. Investing en inschrijving

De kostprijs van deze specialisatieopleiding bedraagt 1.850 € excl. BTW.

Je inschrijving is pas definitief na betaling. Je plaats kan ingenomen worden door een andere deelnemer als de betaling niet gebeurd is binnen de termijn aangegeven op de factuur.

9. Praktisch

Alle dagen van deze opleiding gaan door in zaal "De Stal" in Ranst
<https://www.destalranst.be>

We starten telkens om 9u30 en eindigen rond 17u
Heel de dag is thee, koffie, water voorzien
's Middags wordt een broodjeslunch geserveerd

We raden je aan een notitieboekje mee te brengen waarin je persoonlijke ervaringen en inzichten kan noteren