

RESTART. RESET. REFOCUS.



Groei is géén rechte lijn van A naar B

Restart, elke dag is een nieuwe kans.

Reset, want verkeerde keuzes bestaan niet.

Refocus, zelfs een omweg zorgt dat je verder komt.

Vier workshops, vier namiddagen waarin we samen de unieke eigenschappen van de 4 seizoenen verkennen én vertalen naar je eigen leven en/of je onderneming want alles is een cyclus en telkens opnieuw een kans.

In deze sessies combineren we inspirerende teachings, concrete cases en opdrachten voor thuis. Je krijgt een handboek zodat je na de workshops verder kunt werken met je nieuwe inzichten.

Waar en wanneer?

- Data: 21 maart, 25 april, 23 mei, 20 juni 2025
- Tijdstip: 13u30-18u
- Locatie: The Bakery, De Haan
- Prijs: €195 per workshop of €600 voor de hele reeks

4 workshops



Durf te dromen – 21 maart

Het Oosten staat voor dromen en nieuwe mogelijkheden. In deze workshop laten we jou out-of-the-box denken en dagen je uit om je grootste ideeën bestaansrecht te geven. Maak je klaar om je verbeelding de vrije loop te laten en ruimte te maken voor verandering.

Vier je successen – 25 april

Uitbundig vieren en een toast uitbrengen op het leven, dat is wat we doen in het Zuiden. Nu is het moment om je plannen effectief in de wereld te zetten. Voel de uitdaging en pak je kansen.

Oogsten en keuzes maken – 23 mei

De plannen zijn uitgevoerd, keuzes werden gemaakt. In de herfst wordt de oogst binnen gehaald. En wat als de oogst tegenvalt? Een namiddag om het woord 'falen' uit de taboesfeer te halen en te ontdekken wat falen je leert. Een krachtige sessie over veerkracht en doorzetten.

Dankbaarheid en rust – 20 juni

Het Noorden vraagt om vertraging en introspectie. Wie wil je zijn? Waar ben je dankbaar voor? Welke sporen wil je achterlaten? Een sessie om stil te staan en jouw intenties uit te spreken voor nu en voor de generaties die komen.

Meet the teachers



Brenda Utterwulge

Coach, trainer en expert in persoonlijke groei. Met jarenlange ervaring in het begeleiden van teams en haar warme, down-to-earth aanpak, weet Brenda als geen ander hoe je mensen inspireert en motiveert.

Vanessa Ronchetti

Trainer, keynote speaker en podcast host. Vanessa combineert haar uitgebreide ervaring in het ondernemerschap met een belichaamd leiderschap. Haar research bevestigt wat ze in de praktijk ziet: zelfreflectie en de connectie met je lichaam zijn dé sleutels tot zelfmeesterschap.



Keuzes en kansen omarmen

4 momenten, 4 namiddagen waarin we keuzes en kansen omarmen, telkens geïnspireerd op de symboliek van de 4 seizoenen.

Dit traject draait om onderweg zijn, genieten van groei, reflectie én plezier. De momenten waarop je leert, probeert, viert, herstart,... zijn even waardevol als het bereiken van je einddoel.

Oude wijsheden als het medicijnwiel, denkoefeningen en belichaamde werkvormen zorgen dat je verbanden kan leggen en patronen herkennen.

RESTART. RESET. REFOCUS.

Who's in?

Of je nu ondernemer bent, teamlead of gewoon iemand die af en toe denkt: "My god, what a rollercoaster", deze workshops zijn er voor jou. Ze zijn er voor iedereen die nieuwsgierig is naar hoe de cyclus van leven, werken en ondernemen jou kan helpen groeien.

In onze workshops vragen we om perfectie achterwege te laten maar dagen je uit om échte stappen te zetten. Of je nu oude patronen wilt doorbreken, meer balans zoekt of simpelweg een frisse kijk wilt op wat jou drijft, jij bent welkom.

Inschrijven kan via vanessa@zelfmeesterschap.be of 0475.725806