

STA IN JE KRACHT!

Inner Wheel Congres

INNER WHEEL CONGRES

Datum: 29 maart

Tijd: 9.30 - 16.30 uur

Locatie: De Schakel

Oranjelaan 10

3862 CX Nijkerk

Sta in je Kracht.

In het jaar waarin Inner Wheel 70 jaar bestaat willen wij graag aandacht geven aan onze prachtige Inner Wheel club, die is ontstaan uit de kracht van vrouwen.

Tijdens dit congres willen wij jou inspireren door het aanbieden van een prachtig programma. Het congres is voor leden en geïnteresseerden van buiten Inner Wheel. In de ochtend zijn er plenaire presentaties. In de middag kan je twee workshops naar keuze volgen. Daarna sluiten we de dag tijdens een gezellige borrel weer gezamenlijk af.

PROGRAMMA

9.30 10.00 uur Inschrijving & ontvangst

10.00 10.20 uur Opening
Willeke Overink

10.20 12.00 uur Ontdek je spinnenweb
Joanie van der Sande

LUNCH

13.00 14.20 uur Workshop 1 (kies uit 1 t/m 4)

14.30 15.50 uur Workshop 2 (kies uit 1 t/m 4)

16.00 16.15 uur Afronding

16.15 uur Borrel & Napraten

Ochtendprogramma Plenaire sessie

Ontdek je Spinnenweb

Waar stopt jouw spinnenweb je om voluit in je kracht te staan.

Communicatie begint in onze vroege jeugd en slaat zich op in ons systeem. We worden geboren als onbeschreven blad, maar al snel slaan we allerlei informatie en vooral interpretaties van informatie op. Zo worden wij gevormd door allerlei aannames over wie we zijn. En omdat veel van deze aannames hun oorsprong vinden in onze vroege jeugd, denken wij dat dit is wie wij zijn. Dit is echter niet waar. Dit is niet wie wij zijn, maar wie wij zijn geworden. In deze sessie krijg je informatie over het ontstaan en de manier waarop dit doorwerkt in ons volwassen leven. Zo vormen wij ons unieke "spinnenweb", dat bepaalt hoe wij in het leven staan en hoe wij omgaan met anderen en kansen en mogelijkheden die op ons pad komen.

INFORMATIE OVER WORKSHOPS:

Workshop 1

Ontdek jouw unieke Spinnenweb

In welke aannames over jezelf zit jij verstrikt?

Concrete toepassing van wat in de ochtendsessie is behandeld. Welke aannames over jezelf heb je, waar komen ze vandaan, kloppen ze wel en hoe hef je eventuele blokkades op?

In deze workshop krijg je aan de hand van persoonlijke en interactieve oefeningen inzicht in jouw unieke Spinnenweb. Inzicht in wat jij werkelijk van jezelf vindt en waar dat jou beperkt in jouw leven en in jouw communicatie met anderen. Je leert als het ware jouw persoonlijke gebruiksaanwijzing lezen, die de mensen om jou heen allang zien en begrijpen, alleen deed jij dat zelf nog niet.

Joanie van der Sande

Joanie gaat tijdens de ochtendsessie van het IW Congres uitgebreid op de theorie van het spinnenweb in.

Joanie van der Sande Internationale trainer/coach/spreker, werkzaam in Nederland en Curaçao. Centraal in haar aanpak staat Loyal Leadership, oftewel persoonlijke integriteit: wie ben jij, waar sta jij voor en hoe trouw ben je daaraan in alle gebieden van je leven.

Voor meer informatie: auxilia.co.nl

Workshop 2

Laat kleding voor je spreken

Zorg dat je gezien wordt op de juiste manier

De juiste kleding zit goed, staat goed en voelt goed en is direct gerelateerd aan je uitstraling, identiteit en professionaliteit. Het geeft zelfvertrouwen, brengt je persoonlijkheid naar voren en eert wie je bent. Het is het mooiste als uitstraalt wat je uit wilt stralen.

In deze workshop leer je op een nieuwe manier naar jezelf te kijken. Het zou zomaar kunnen dat je een verkeerd beeld van jezelf hebt. Je blijkt ineens toch een taille te hebben, je bent vergeten dat je mooie borsten hebt, je brede heupen blijken helemaal niet zo breed, maar perfect in verhouding, je wist helemaal niet dat je een lange nek hebt. Je krijgt inzicht in hoe je het nu doet en wat daarin wel en niet werkt en waarom. Je krijgt tips over kleuren, stijl, vorm, combinaties, accessoires, make-up etc. Er wordt gewerkt met elkaar en individueel met behulp van opdrachten en vragen.

Neem vooral ook kleding, of plaatjes van kleding, waar je vragen over hebt mee. Samen kan er dan naar gekeken worden.

Ellen van Os

Ellen is couturier en adviseuse in kleding en stijl. Tijdens de afgelopen ALV verzorgde zij een interessante presentatie over dit onderwerp.

Voor meer informatie: www.ellenvanos.com

Workshop 3

Stappen maken door in beweging te komen

Hoe ga je van hoofd naar hart naar handen?

Je kent het wel, zodra je een stap buiten je comfortzone wil zetten gaan de alarmbellen rinkelen en ren je het liefst snel terug naar het oude vertrouwde.

In deze workshop gaan we in op het dilemma, de spagaat, tussen de wens iets nieuws aan te pakken en de angst om het ook daadwerkelijk te gaan doen. Marieke kent deze keuzestress als geen ander. Ze deelt met ons haar persoonlijke ervaringen en daarbij is volop ruimte voor interactie. Ze legt daarbij de verbinding tussen

- Hoofd Wat weet je of denk je te weten
- Hart Hoe beleef je het, wat zijn je angsten
- Handen Hoe kom je tot actie, hoe krijg je er grip op

Vervolgens worden in tweetallen oefeningen gedaan. Ervaringen en inzichten kunnen vervolgens worden gedeeld.

Marieke van de Lisdonk.

Na het afronden van de Hoge Hotelschool werkte Marieke 12 jaar als facilitair manager van een grote zorginstelling met meerdere vestigingen. Het leukste daarbij vond de gesprekken met de vele mensen in de organisatie. Rede voor haar om het roer om te gooien en een opleiding tot coach te gaan volgen. Inmiddels is ze alweer 8 jaar als zelfstandig ondernemer op dit vakgebied actief.

Voor meer informatie: www.lisdonk.nu

Workshop 4

De kracht van vrouwen toen, nu en straks

De ontembare vrouw

De vrouw met haar onbegrensde liefdeskracht kan een belangrijke rol spelen in de ontwikkeling van een wereld vol angst en chaos naar een warme en respectvolle wereld.

Aan de hand van de hoofdpersoon uit haar romans, Sophie, neemt Debby je mee in het verhaal over de kracht van de vrouw. Sophie, een vrouw met tranen verandert in een vrije, stralende godin die schrander, moedig en vol vertrouwen haar dromen verwezenlijkt. Op levendige wijze opent ze de schatkist van de geheimen van de grootsheid van de vrouw.

Daarbij onthult ze wetenswaardigheden over de historie van de rol van de vrouw, de archetypes, moederschap, over de relatie tussen Venus en Mars en mannelijke en vrouwelijke energie. Tijdens haar optreden prikkelt ze de verbeeldingskracht en probeert ze ieders hart te raken, waardoor de heren het verhaal over de volle breedte voelbaar wordt. Ze hoopt zo iedereen bewust te maken van de kracht van vrouwen. Hoe meer vrouwen zich bewust zijn van die vrouwenkracht, hoe sneller de aarde weer opnieuw in bloei zal staan.

Debbie Albers

Debbie is lid van IW Aalsmeer, en heeft al 10 jaar haar eigen praktijk in verliesverwerking Thanda. Met haar Stichting Fedeli hoopt ze oprechte verbinding tussen mensen te stimuleren. Ook is Debbie auteur van de twee romans "Thanda" en "vrijheid", die ze in eigen beheer uitgeeft.

Meer informatie: debbiealbers.nl

KOSTEN & AANMELDEN

- Aanmelden via e-mail naar: iwcongres2019@gmail.com
Vermeld je naam, de naam van je IW Club, je e-mailadres en eventuele dieet wensen. Geef ook duidelijk aan welke twee workshops (nummer en naam van workshop) je in de middag wilt volgen.
- Maak gelijktijdig het verschuldigde bedrag van € 45,- over naar NL63 ABNA 0507 6897 63 t.n.v. Inner Wheel Nederland, met vermelding van IW Congres en je naam.
- De inschrijving geldt uitsluitend na ontvangst van zowel de aanmelding per mail als de betaling. Retournering deelname kosten bij **afmelding vóór 18 maart 2019**.

Bij minder dan 75 aanmeldingen moeten wij i.v.m. de kosten het congres helaas annuleren.