



ACTRA biedt deze 3-daagse training aan voor mensen die verdieping willen in hun leven. Mensen die hun kracht willen (her)ontdekken en geïnspireerd willen worden om met vernieuwde energie hun dagelijkse leven op eigen wijze vorm te geven.

De Duik is een uitdagende en krachtige training die een verschil maakt in je leven. Je leert meer over jezelf, over je denken, je gevoelens over je functioneren en de manier waarop je met jezelf en je omgeving omgaat.

Tijdens de training onderzoek je wat je echte drijfveren zijn. Wat maakt het leven voor jou belangrijk? En hoe komt het dat je (nog) niet leeft zoals je zou willen? Je onderzoekt je belemmeringen en ontdekt je kracht.

In een kleine groep ga je met gerichte en krachtige oefeningen je eigen onderzoek aan. Je krijgt effectieve instrumenten aangereikt om je leven op je eigen wijze vorm te geven. Twee ervaren trainers en coaches begeleiden het proces in een respectvolle, veilige en open sfeer.

- Data:**
- 30, 31 oktober en 1 november
  - 18, 19 en 20 december
- Tijd:** 9.30 - 17.00 uur.
- Locatie:** 't Vlinderhökke
- Adres:** St. Geertruid (Limburg)  
Het Vlinderhökke  
Julianaweg 21, 6265 AH St. Geertruid  
Tel: +31 (0)43 - 408 12 03
- Trainers:** Frank Dorsman      trainer / coach      tel: 06-47262758  
Joost Harends      trainer / coach      tel: 06-49132800
- Prijzen:** De 3-daagse training kost € 900,- excl. 19% BTW.

**Bel één van de trainers voor meer informatie of een oriënterende afspraak.**



Human Capital Solutions