



Training - 31 mei 2024

## Veerkracht

vitaliteit in het onderwijs



### Doelgroep

PO en VO: leraar/docent, IB-er of ondersteuningscoördinator, leidinggevenden

### Resultaat

- Je hebt een beeld van energie gevende en energie nemende elementen thuis en in school.
- Je hebt kennisgenomen van vitaliteit in relatie tot de vier wezensdelen.
- Je hebt zicht gekregen hoe de sympathiestroom en antipathiestroom werkzaam zijn in jou.
- Je hebt inzicht in het omgaan met tijd.
- Je hebt een voornemen geformuleerd dat gaat bijdragen aan je eigen vitaliteit.

Op 31 mei 2024 organiseren BVS-schooladvies en Vrijeschool pabo samen een scholingsdag rondom vitaliteit in het onderwijs. De onderwerpen waar we deze dag mee aan de slag gaan:

- Onderzoek naar energie gevende en energie nemende elementen op school, in de klas en thuis.
- Verkenning van de eigen vitaliteit in relatie tot de vier wezensdelen.
- Inzetten van sympathie- en antipathiekrachten om de juiste balans te vinden in je werk.
- Regisseren van de tijd.

We sluiten af met een artist date.

### Werkwijze

Werkwijze van de training

- Hoe blijf jij in balans? Kom je moe thuis na een werkdag? Waar vind jij inspiratie? Waar doe jij energie aan op?
- Rond deze vragen verzorgen we een interactieve dag.
- Vanuit het antroposofische mensbeeld onderzoeken we welke invloed je hebt op je eigen vitaliteit.
- We verbinden theorie aan een aantal praktische opdrachten.
- We geven je handreikingen om met je eigen vitaliteitsvragen aan de slag te gaan.

### Trainers

- Francien Kleemans  
(teamleider en docent, Vrijeschool pabo)
- Elard Pijnaken  
(directeur/bestuurder BVS-schooladvies)

### Materiaal

Ter inspiratie:

*Algemene Menskunde* (Rudolf Steiner, Tweede voordracht), *Innerlijke bronnen van gezondheid* (Joop van Dam), *Kairos* (Joke Hermsen)

### Specificaties

Datum en tijd: 31 mei 2024, 9.30 - 16.30 uur

Locatie: Vondellaan 50, Utrecht

Kosten: € 329,- per persoon

### Aanmelden

U kunt zich telefonisch: **(030) 281 96 56**

of per e-mail: **admin@bvs-schooladvies.nl**

of via de **website** aanmelden voor deze cursus:

**www.bvs-schooladvies.nl/product/veerkracht/**

### Meer informatie

Elard Pijnaken

M: 06-16778793

E: [e.pijnaken@bvs-schooladvies](mailto:e.pijnaken@bvs-schooladvies)

