

## Factsheet Power Life Programma

In deze factsheet staat het programma Power Life centraal. In dit (loopbaan)programma worden vrouwen ondersteund en toegerust op het gebied van persoonlijke ontwikkeling en persoonlijk leiderschap. Doel is om helder te krijgen wat de deelnemer intrinsiek motiveert en welke doelen zij in de toekomst op werkgebied wil nastreven.

Bewustwording van de onderliggende processen en patronen in hun leven geeft inzicht in de invloed die zij zelf hebben op hun leven. Inzicht in de eigen persoonlijkheid, voorkeuren en dromen geven richting en houvast. Door toepassing van alle handvatten en inzichten wordt de regierol verstevigd. Ze zijn in staat om keuzes te maken die passen bij hun persoonlijkheid, waarden, gaven en talenten en leven doelgericht, wat bijdraagt aan een gezonde energiebalans en wat de kans op burn-out drastisch vermindert.

Het programma is gebaseerd op Bijbelse principes, omdat deze voor de doelgroep van grote invloed zijn op onderliggende overtuigingen, persoonlijke waarden en de manier waarop zij in het leven staan.

Het Power Life programma bestaat uit 5 online modules. Iedere module bestaat uit instructiefilmpjes, audio's en opdrachten. Bij iedere module is hoort een samenvattende live bijeenkomst op een fysieke locatie. De leiding van deze bijeenkomsten is in handen van Carianne Ros en/of Nelleke de Wit. Hieronder volgt per module een korte schets van de inhoud.

### OPBOUW PROGRAMMA

#### Module 1: Pak je Fundament aan

*WIE ben je precies en wat is je bestaansrecht?*

- Ontdek hoe je vrede krijgt met je verleden
- Ontdek waarom dat belangrijk is
- Leer luisteren naar je hart
- Ontdek wat het belang is van jouw identiteit in Christus
- Ontdek wat je écht belangrijk vindt
- Ontdek je persoonlijkheidsstructuur (*Inclusief gerenommeerde persoonlijkheidstest met rapportage*)
- Ontdek wat je talenten en gaven zijn

#### Module 2: Ontdek wat je nu écht wilt

- Ontdek je dromen
- Ontdek Gods unieke verlangens voor jou
- Ontdek je passie
- Formuleer jouw unieke visie en missie
- Ontdek wat jou energie geeft
- Ontdek welke omgevingsfactoren jou motiveren

#### Module 3: Weg met belemmeringen

- Van mini-me naar maxi-me
- Leer omgaan met verwachtingen
- Leer grenzen aangeven
- Ontdek waarom je jezelf niet moet vergelijken met anderen
- Overwin je angsten

#### Module 4: Eerst investeren

- Ontdek waarom investeren belangrijk is
- Investeer in je relatie met God
- Ontdek hoe je in jezelf investeert
- Ontdek hoe je op een gezonde manier in relaties investeert
- Leer op welke wijze je kunt investeren in tijd en geld
- Ontdek hoe je optimaal investeert in je gezondheid

#### Module 5: Recht vooruit: Actie & Focus

- Ontdek hoe je voortdurend kunt leven vanuit passie
- Leer goede doelen stellen
- Ontdek hoe je met tegenslagen omgaat
- Leer het belang van evalueren
- Leer hoe je je focus bewaart, zonder te verzanden

### Kosten

De investering voor het programma Power Life bedraagt €2.749,- incl. btw.

Dit is inclusief:

- Toegang tot de online modules.
- Toegang tot de besloten Facebookgroep voor onderling contact met andere deelnemers
- Toegang tot de live trainingdagen, incl. arrangementskosten, lunch, werkboeken en materialen

Tijdsinvestering: 26 weken, iedere week zo'n 1-1,5 uur plus 5 live trainingdagen.

**Powervrouwen**

LIVING GOD'S PURPOSE