



Dit wil ik ook!

**myUpdate**<sup>®</sup>  
leven en werken vanuit je kern

## Neem deel aan **myUpdate GO** Start met leven en werken vanuit je kern

### **Tijd om een nieuwe weg in te slaan?**

Je zit lekker in je vel. Het gaat je voor de wind. En je hebt een drukke, sociale agenda. Geen reden om te klagen dus. Toch knaagt er iets. Diep van binnen klinkt er een stemmetje dat zegt dat je je mogelijk op de verkeerde weg bevindt. Herken jij dit knagende gevoel? Dan is het tijd om een nieuwe weg in te slaan. Geef je op voor het kerntraject myUpdate GO. Maak in één dag kennis met de beproefde aanpak van myUpdate. En start met leven en werken vanuit je kern.

## **Kennismakingstraject myUpdate Go in vogelvlucht**

Leven en werken vanuit je kern vraagt om moed en doorzettingsvermogen. Herijking van je ambities en drijfveren werkt bevrijdend en geeft je toekomstige doelstellingen nieuw elan. Deelnemen aan het 5-daagse traject myUpdate Homerun is misschien een te grote stap. Met myUpdate Go kies je bewust voor een soort proloog of opstartetappe. Je plaveit de weg voor het grotere werk of je beleeft een bijzondere dag en je keert met een energiek gevoel huiswaarts.

## **Wat levert myUpdate Go je op?**

- Je maakt kennis met de filosofie en werkwijze van myUpdate.
- In kleine stapjes denk je na over jezelf, de doelen die je voor ogen hebt, de weg die je inslaat en de hobbels die je onderweg tegenkomt.

- Je leert de gidsen Ardie Nooijen-Kuijpers en Ton de Rooij beter kennen.
- Je bent klaar voor een vervolgstap: deelnemen aan het 5-daagse traject myUpdate Homerun (inclusief 2 gidsgesprekken).

## **Is myUpdate GO iets voor jou?**

Elke levensfase heeft z'n specifieke uitdagingen, beslommeringen en valkuilen. Je zet je beste beentje voor en toch ben je niet helemaal tevreden over de stappen die je zet. MyUpdate GO richt zich op 3 doelgroepen: young professionals, mediors en seniors. Voel je je aangesproken? Ga mee op pad. En zorg ervoor dat je weer écht blij wordt of gelukkig blijft. Ga naar [www.myupdate.nl](http://www.myupdate.nl) voor meer tekst en uitleg, reviews van tevreden deelnemers of om je aan te melden.

**[info@myupdate.nl](mailto:info@myupdate.nl) - [www.myupdate.nl](http://www.myupdate.nl)**

# **myUpdate**<sup>®</sup>

leven en werken vanuit je kern

## **De gidsen van myUpdate GO**



drs. Ardie Nooijen-Kuijpers  
06 51 08 86 88



ing. Ton de Rooij  
06 23 57 10 10