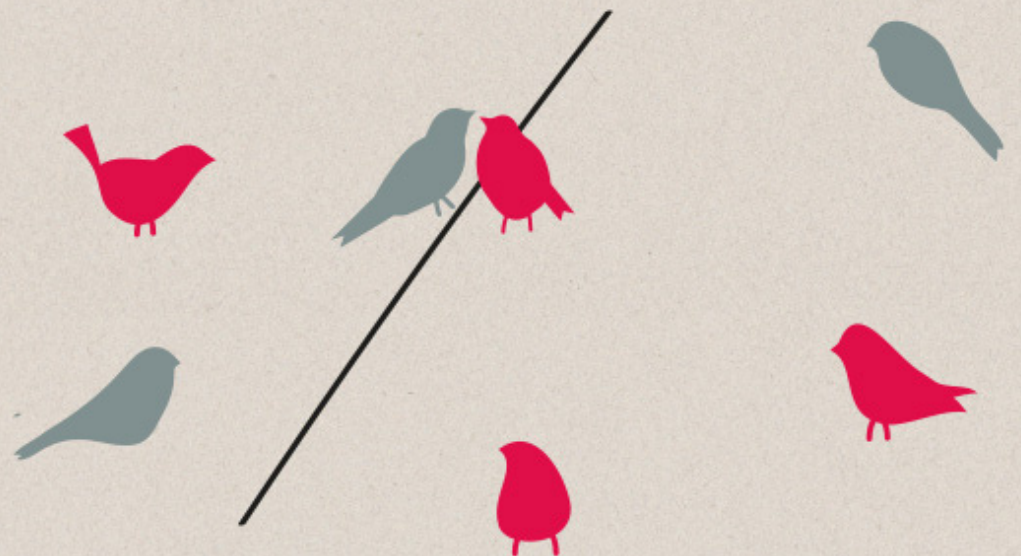


Over Grenzen

Elke dag ontmoeten we elkaar op de grens; we botsen op andere opinies, collega's, functies, generaties, persoonlijke waarden.

Grenzen maken duidelijk waar we staan en kunnen heel belangrijk zijn om aan te geven. Maar soms voelen ze als muren waar je niet doorheen komt. Of als gevaarlijke zones die je beter kunt vermijden; “Ik mag hier ook niets meer zeggen.”

Grenzen beschermen ons, kunnen ons irriteren én uitdagen om actief te verbinden met anderen.



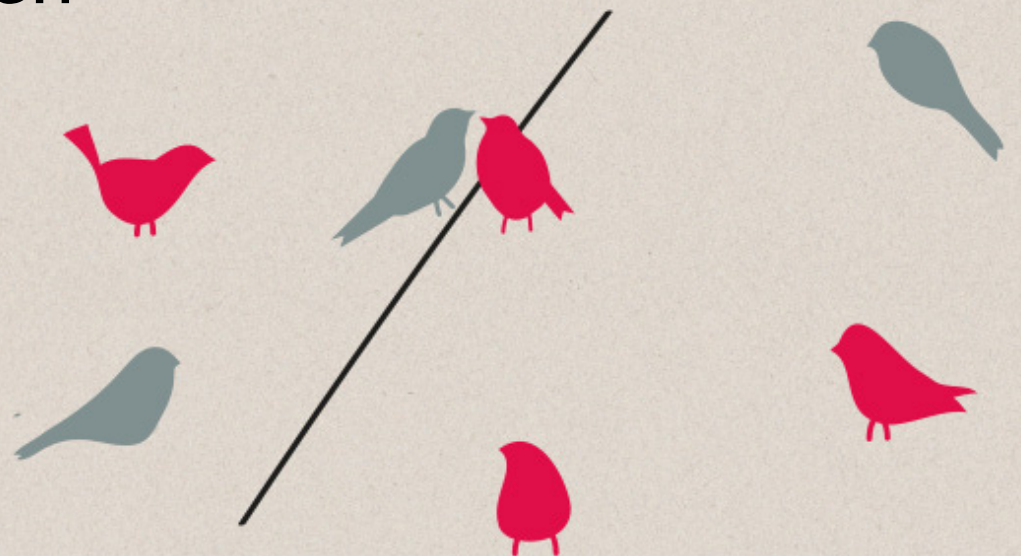
Grensoverschrijdend inzicht

Juist op de grens, waar spanning voelbaar is, ontstaan de meeste inzichten. **Hier leren we wie we zijn, wat we nodig hebben, en hoe we met anderen samen kunnen leven en werken.**

Wat gebeurt er bij jou als je op grenzen stuit én hoe kun je er samen verder mee komen?

In **2026** organiseren we weer een themadag **Over Grenzen** en zoeken we samen het randje op.

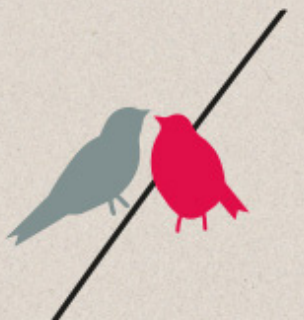
Ben jij er bij?



Wat levert deze dag op?

In de dagelijkse praktijk, vol afspraken en deadlines, is er weinig ruimte om te oefenen met grenzen. Deze themadag biedt speelruimte om grenzen te verleggen. Je krijgt:

- **Verdiepende inzichten uit de psychologie, filosofie en Thema Gecentreerde Interactie**
- **Praktische handvatten om grensgesprekken te voeren**
- **Grenservaringen met professionals uit andere generaties en sectoren**
- **Meer vertrouwen om te botsen op grenzen**

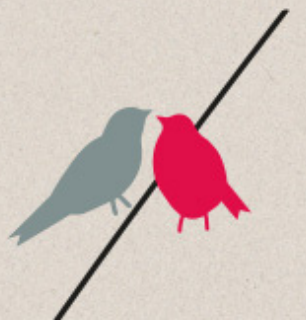


Voor wie?

Of je nu een starter bent of een ervaren leidinggevende, iedereen heeft te maken met grenzen. Het leven - en werken - is niet perfect. We maken fouten, botsen en raken elkaar soms kwijt. Maar juist dan kun je groeien.

Deze workshops is geschikt voor als je:

- **Net begint in je carrière** en uitgedaagd wordt om grenzen aan te geven.
- **Teams aanstuurt** en grenzen bespreekbaar wil maken.
- **Werkt in uitdagende sectoren**, waar je gezond wil leren omgaan met grenzen onder druk.
- **Op zoek bent naar groei** en je begrip van grenzen wil verdiepen.



Praktische informatie

Datum: Vrijdag 10 april 2026

Tijd: 09:30 - 17:00 (inclusief lunch en pauzes)

Aantal deelnemers: 8 - 12

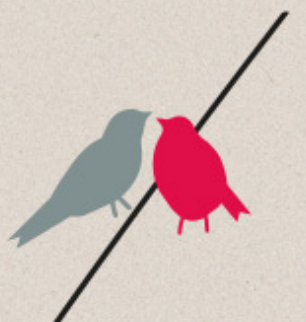
Locatie: Omgeving Amsterdam, (goed bereikbaar met auto en OV)

Kosten (excl. BTW):

- €285,- voor professionals in organisaties of zzp
- €185,- voor starters en zzp'ers met een lager inkomen
- €85,- voor studenten (beperkt aantal plekken beschikbaar)

**prijs is inclusief lunch, koffie/thee en materialen*

Dit is een erkende TGI themadag van 4 sessies.
Na afloop ontvang je een bewijs van deelname.



Over de trainers

Carolien Vink (1969) is psycholoog, TGI-opleider en organisatiecoach. Ze werkt bijna 30 jaar op het vakgebied van organisatieontwikkeling, opleiding en coaching. In haar praktijk begeleidt zij veel teams, professionals en leidinggevenden op het thema 'leiderschap en/in het samenspel'. Constructieve communicatie is daarbij een terugkerend element. Carolien heeft ook opleidingen systemisch werk, trauma healing en Deep Democracy afgerond.

Noortje Bot (1993) is trainer, docent en Humanisticus. Ze is opgeleid als humanistisch geestelijk verzorger en heeft ruime ervaring in het onderwijs, van middelbare scholen en MBO's tot universiteiten. In haar werk staan zingeving en levensvragen centraal. Daarnaast heeft ze opleidingen afgerond in TGI en systemisch werk. Naast haar werkzaamheden bij scholen en maatschappelijke organisaties begeleidt ze familieopstellingen in Utrecht.

