



MINI CURSUS
GARDEROBEPLANNING

LES 4



WELKOM BIJ: De mini-cursus garderobeplanning!

Welkom! Welkom, welkom, welkom! Wat gaaf dat je mee doet met mijn mini-cursus en de stap naar een opgeruimde kledingkast en een opgeruimd hoofd hebt gezet!

Deze mini-cursus bestaat uit zeven lessen. Deze zeven lessen bestaan weer uit zeven werkboeken en af en toe wat extra's. Het boek waar je nu in leest is een van de zeven werkboeken van deze cursus. In deze werkboeken heb ik alles voor je uitgeschreven en stel ik je vragen en geef ik je opdrachten naar aanleiding van de kleur van de dag.

“Hoe begin ik met deze opdrachten?”, denk je misschien. Allereerst raad ik je aan om het werkboek goed door te lezen. Ga er rustig voor zitten.

Ready? Set. Go!

Wanneer je de boeken hebt gelezen is het tijd voor de opdrachten. Ik vind het ongelooflijk belangrijk dat jij jezelf de tijd geeft om de opdrachten te maken. Wanneer jij een week nodig hebt, gebruik een week. Heb je een maand nodig? Doe er een maand over! Ga in ieder geval rustig zitten, denk goed na en zet daarna alles voor jezelf op papier. Op deze manier kan je altijd nog even terugkijken naar wat je ook alweer had opgeschreven. En wie weet zijn al jouw antwoorden over een halfjaar veranderd en kan je jouw progressie bewonderen!

Deze mini-cursus geeft je voornamelijk inzicht in hoe jouw garderobe bij jouw 'ik' aansluit en andersom! Ik wil je inspireren en je aan het einde van deze cursus zelf de antwoorden op de 'hoe' vragen laten geven.

‘De allermooiste versie van jouw 'ik' + de allermooiste versie van jouw garderobe + de allermooiste kleuren = Personal Branding & Kleur’.

WAT OVER MIJ...

Al jaren geef ik advies over kleur en kleding. Door de jaren heen ben ik me steeds meer gaan focussen op kleur en wat voor invloed kleur heeft op ons dagelijks leven.

We kunnen van alles halen uit kleur. Kleur is energie, kleur werkt op je gevoel, kleur is een onbewust communicatiemiddel en kleur spreekt tot ieders verbeelding. Veel van wat wij met kleur doen en kunnen doen wij onbewust.

In al mijn programma's zoek ik graag naar de onderliggende lagen. Hierbij ga ik je inspireren en informeren over een heleboel persoonlijk en mogelijk gevoelige onderwerpen. Wanneer je je hier niet goed bij voelt, raad ik je aan niet verder te lezen en de mini cursus te pauzeren. Eventueel ben je er binnenkort wel klaar voor. Alles op zijn tijd.

Je zal 2 maanden toegang hebben tot de onlinepagina van mijn mini cursus.

Wanneer je op dit moment open staat voor mijn visie op kleur, kleding en personal branding, dan help ik je ontzettend graag met het vinden van de voor jouw allerbeste combinatie van deze drie!

Jouw balans vinden met behulp van kleur en je bewust maken van alles wat de juiste kleuren kunnen veranderen, dat is mijn missie.

WAT OVER DE KLEUR GROEN

Deze week wil ik je vragen om alles op te schrijven wat er over de kleur van de dag bij je opkomt. Je kunt namelijk iets pas echt goed in je opnemen en met iets aan de slag gaan, wanneer je er over schrijft. Op deze manier zullen er allerlei dingen bovendrijven waar je misschien nooit over na zou hebben gedacht. Wat doet de kleur met je? Waar doet het je aan denken? Wat voel jij bij deze kleur? Schrijf het op!

Als ik aan groen denk, dan denk ik aan:

Vandaag hebben we het over de kleur groen. Groen is de kleur van rust en geluk, de kleur die je kunt gebruiken om tijd te nemen voor jezelf. We beginnen maar meteen met een gevoelig onderwerp. Want, kwaliteitstijd gun en geef jij jezelf nu echt? Deze kwaliteitstijd betekent dus: tijd nemen voor jezelf zonder jezelf ook maar een seconde schuldig te voelen. Ik ben reuze benieuwd. Schrijf het voor jezelf eens op. En wat is geluk voor jou? Kun je dat omschrijven?

Vandaag is het tijd om echt rustig aan te doen. Dit klinkt makkelijker dan het is. We hebben allemaal veel te doen. En ook al hebben we soms misschien niets te doen, het kan in je hoofd altijd druk blijven.

Groen is de kleur van ons derde chakra jouw 'hartchakra'. Het recht om te geven en te nemen. De emotie die bij dit chakra hoort is de liefde. Wanneer je vierde chakra in balans is, kun je zowel jezelf als anderen lief hebben. Ook als je een grote passie hebt voor bijvoorbeeld muziek of een andere hobby, dan is dat een uiting van een goed werkende vierde chakra.

Hoeveel kwaliteitstijd gun ik mezelf....

Vandaag wil ik je vragen om even rust in te plannen. Zijn er dingen die je al weken wil doen, maar waar je maar niet aan toe bent gekomen? Zoals het lezen van dat ene boek, het schrijven van die ene brief of het maken van die ene tekening, puzzel of ander creatief werkje. Ga eens na wat jou echt rust geeft en wat je echt doet opladen! Bepaal dan nu eens of je dat deze week kunt inplannen. Misschien heb je vandaag wel tijd! Al zijn het tien minuten! Neem rust! Breng jouw vierde chakra in balans!

Wat ik al tijden echt wil doen...
