



## UITNODIGING

### Opleiding Perfectionisme in de Diëtistenpraktijk Kapellen-op-den-Bos

23 mei 2019

13u30 – 17u30

**Doelgroep:** Diëtisten

**Plaats:** Kasteel Koningsteen, Oxdonkstraat 168, 1880 Kapelle op-den Bos

*Perfectionisme is een sterk onderschat probleem in de Diëtistenpraktijk. Het typische zwart-wit-kijken, de eeuwige schuldgevoelens, het altijd moeten, de faalangst, het negatieve zelfbeeld en nog zoveel meer herkenbare eigenschappen weerhouden een perfectionist om tot een duurzame voedingsverandering te komen. Een tijdlang gaat het goed, zelfs perfect tot ze een fout maken. Herpakken is dan aartsmoelijk. Diëtisten dienen dit gedrag te herkennen om hun patiënten niet opnieuw onnodig alle inspanning te laten leveren omdat het toch tevergeefs gaat zijn zolang het perfectionisme niet is aangepakt. In deze opleiding leer je perfectionisten te doorprikken. Voor sommigen zal dit al de weg naar bevrijding zijn, anderen zullen meer hulp nodig hebben. Herkenning blijft de boodschap.*

**Trainer:** Marcel Hendrickx is Nlp-trainer en -coach. Hij is partner binnen het Ontwikkelingsinstituut. Vooral het werken met het onderbewuste heeft zijn aandacht.

Nu reeds meer dan vijf jaar ligt zijn focus op het “uit de wereld helpen” van perfectionisme. Dit patroon maakt veel mensen (ook kinderen) ongelukkig en ziek. Hij ontwikkelde de OCP-methodiek die als doel heeft mensen te begeleiden bij het loslaten van dit patroon. Ondertussen werd een beperkt onderzoek gevoerd aan de universiteit in Leuven om de effectiviteit van OCP aan te tonen. De resultaten zijn duidelijk positief. Marcel leidt mensen op tot perfectionismecoach. Er zijn er ondertussen meer dan 100 actief in Vlaanderen en Nederland.

## PROGRAMMA

### 13:00u: Inloop en registratie

### 13u30: Start opleiding

**Deel 1:** Je krijgt een duidelijk beeld over:

- Het ontstaan van perfectionisme
- De symptomen of verschijningsvormen
- Het effect op de gezondheid en het geluksgevoel
- Het ontsnapping- en compensatiegedrag

**Deel 2:** Welke invloed heeft perfectionisme op mensen die hun voedingspatroon trachten te veranderen? Aan de hand van herkenbare casussen komen we samen tot conclusies.

**Deel 3:** Wat als je merkt dat iemand met perfectionisme afhaakt of er niet meer in slaagt om zich te herpakken? Sta je dan machteloos of zijn er toch dingen die je kan doen?

**Deel 4:** Korte voorstelling OCP en het netwerk van OCP-coaches + voorstel tot lokale samenwerking.

**Deel 5:** Demo van een belangrijk deel van de OCP-methodiek: het vrije kind terug zijn plek laten innemen.

### 17u30: Einde

**Kosten: € 109,- exclusief btw**

**Btw-bedrag: €22.9,-**

**Inclusief btw: € 131.9-**

(inbegrepen: syllabus, koffie en thee bij ontvangst en pauzes, fruit)

Over te schrijven op rekening van Kintu:

IBAN: BE51 0017 7351 5462

BIC: GEBABEBB

Met vermelding van: Naam en Voornaam + Perfectionisme

Factuur voor voldaan en attest voor deelname ontvangt u op het einde van de opleiding.

### KMO-Portefeuille

Deze opleiding komt in aanmerking voor de KMO-Portefeuille. Zo betaalt u tot 40% minder. Alle info vindt u op [www.kmoportefeuille.be](http://www.kmoportefeuille.be)

Het erkenningsnummer van Kintu is DV.0222467

Het BTW-bedrag wordt nooit gesubsidieerd en dient dus altijd meteen op rekening van Kintu te worden gestort. De rest gebeurt via de website van de KMO-P.

Betalen via KMO-P duurt 14 kalenderdagen. De betaling moet in orde zijn vóór aanvang van de opleiding. Als de betaling dan nog niet via de KMO-Portefeuille gebeurd is dan dient u het bedrag eerst zelf voor te schieten.

## **Algemene voorwaarden**

- **Inschrijven verplicht tot betalen.** De betaling wordt verwacht onmiddellijk na aanmelding.

Voor laattijdige betaling na aanvang van de opleiding rekenen wij een boete aan van €10 extra.

- Tot 9 mei kunt u afmelden en krijgt u het bedrag teruggestort mits €29,- inhouding voor administratiekosten. Na 9 mei is er geen terugbetaling meer mogelijk, maar u krijgt dan wel de syllabus toegestuurd. U kunt zich altijd laten vervangen door een andere collega.

## **Locatie**

Iriszaal van Koningsteen vzw, Oxdonkstraat 168 in Kapelle-op-den-Bos  
([www.koningsteen.be](http://www.koningsteen.be))

## **Bereikbaarheid**

### **Trein:**

33 minuten na elk uur vertrekt er een trein van Mechelen naar Kapelle-op-den-Bos. Vanaf dit station is het 2 km wandelen tot Koningsteen. Aan de overkant van de brug neem je de trap naar beneden en volgt het kanaal 50 meter met het kanaal aan je rechterzijde. De eerste straat links is de Oxdonkstraat. Deze volg je tot bij de Koningsteen.

### **Bus:**

20 minuten na elk uur vertrekt vanaf Mechelen-station bus 288 (richting Londerzeel). Je stapt af bij halte 'Steynemolen'. Neem hier de Expoelstraat, daarna de Bredestraat. Aan het einde vind je de Oxdonkstraat. Vanaf de bushalte is het 1 km wandelen.

## **Uw contactpersoon:**

Chris Kerfs, organisator Kintu  
chris.kerfs@kintu.be