



iBOUNCE BACK ▶▶

MERLIJN DE GRUIJTER

2024



CREATE A LIFE IN WHICH YOU FEEL
AS CONFIDENT AS YOU LOOK!

MERLIJN DE GRUIJTER

Als ervaringsdeskundige wil ik na mijn eigen reis nu heel graag een positieve impact hebben op het levensgeluk van een ander. Mijn grootste missie? Jou begeleiden in het ontdekken van je 'echte ik' en jou aanmoedigen om je hart te volgen. Dat gun ik je zo!



“Ik dacht dat ik wist wie ik was, maar door de gesprekken met Merlijn en de verschillende tests weet ik nu waar mijn krachten en talenten liggen en wat bij mij past. Mijn levensgeluk is groter geworden. De kracht van het traject bij Merlijn zit in de combinatie van zakelijk en holistisch en de bijbehorende onderbouwing.”





HEB JIJ HET LEF OM VOOR JEZELF TE KIEZEN?

Wie ben jij en waar sta je voor? Kun jij 100% jezelf zijn en iets doen waar je heel erg blij van wordt of word je stiekem geleefd door de waan van de dag en verwachtingen van anderen? Zo, ik val maar meteen met de deur in huis.

iBounceBack gelooft namelijk in de holistische ontdekking en ontwikkeling van jouw unieke identiteit. Voordat je jezelf echt kunt laten zien, moet je eerst weten wie je daadwerkelijk bent. Dat klinkt misschien een beetje zweverig, maar geloof mij: dat valt reuze mee! Als jij heel goed weet wie je bent, dan wordt het een stuk makkelijker om dat ook uit te stralen. Je uitstraling en kleding zijn daarna namelijk een van de belangrijkste instrumenten om je unieke identiteit aan de wereld te laten zien.

Heb jij het lef om dat te doen? Om eindelijk eens voor jezelf te kiezen en jezelf 100% te laten zien? Om meer impact te maken door je ware zelf te zijn en keuzes te maken die bij jou en je talenten passen? Ik zeg: let's go!

MISSIE

iBounceBack staat voor het omarmen en inzetten van je unieke identiteit. iBounceBack gelooft er namelijk in dat iedereen uniek is en zijn of haar talenten en kwaliteiten zou moeten omarmen om vervolgens keuzes te maken die passen bij wie je bent en wat je doelen zijn. Als je je innerlijk naar je uiterlijk transformeert, heb je het gevoel dat je de wereld aan kunt en ontstaat er empowerment. De enige stap die je moet zetten om die empowerment te creëren, is bewust kiezen voor een transformatie.

VISIE

iBounceBack streeft naar een wereld waarin zelfliefde, veerkracht en harmonie centraal staan. iBounceBack moedigt individuen daarom aan om hun unieke talenten, identiteit en authenticiteit te omarmen. Het doel van iBounceBack is om een cultuur te creëren waarin mensen het lef hebben en er bewust voor kiezen om zichzelf te zijn en hun eigen pad te volgen, zonder zich te laten beperken door de meningen of verwachtingen van anderen.



Women have made great advances in the workplace, but despite that – and the overwhelming amount of career advice out there – the same questions continue to arise: how to succeed in a man's world, how to combine a career with a family, how to be authentic and fit in and whether it is even possible to achieve a work-life balance while chasing career goals.

Unfortunately, much of the advice women are offered is badly out of date and lacking in strategies that really tally with their experience of the workplace now. What's more, the advice often tends to be defensive, focused on overcoming obstacles rather than drawing upon strengths.

Style and Substance starts from a very different perspective. Written by Helena Morrissey, who has learned through her own experiences as a woman in the workplace and as a business leader, it will help you understand what really matters when it comes to career progression today, whatever your age, situation and aspirations.

Style and Substance will show you how to build your own style – your personal brand – and how to have confidence in it, and in yourself. Once you realise how much agency you have and the steps that you can take to look the part, sound the part, feel the part and therefore be the part, you'll be empowered to achieve your goals in your own way, secure in who you are and what you have to offer.



Style and Substance
HELENA MORRISSEY

A guide for women
who want to thrive
at work

Style and Substance



“De kleuranalyse van Merlijn is een echte aanrader! Wil je weten welke kleuren jouw imago en (gewenste) eigenschappen versterken? Kleur doet meer dan je in eerste instantie denkt. Het is waardevol om daar bij stil te staan. Dank je wel Merlijn!”

HERKEN JE DIT?

Je bent een harde werker, je voelt je succesvol in je werk- en privéleven en je hebt veel kansen gepakt. Toch vraag je je af: is dit het nou? Dit is een onderbuikgevoel dat steeds terugkomt. Er schieten geregeld gedachten door je hoofd: doe ik iets waar ik echt 100% blij van word? Straal ik nog wel uit wie ik echt ben? Zien mensen mij wel zoals ik dat zou willen?

Je wilt niet zomaar weer een volgende stap zetten of een andere weg inslaan. Je wil dat de volgende stap echt vanuit jouw identiteit komt. Dat het 100% past bij wie jij echt bent en waar je behoefte aan hebt. Maar hoe? Hoe ga je dat doen? En durf je het aan om die stap te zetten?

We vinden het allemaal maar logisch dat een bedrijf een strategisch plan maakt, maar voor onszelf doen wij dit vaak niet. Best wel gek, vind je niet? Dat is precies wat we hier gaan doen. Alleen als jij er klaar voor bent en je er voor openstaat natuurlijk. Deal?





WAT KAN IBOUNCEBACK JOU GEVEN?

Niets is krachtiger dan wanneer je innerlijk en je uiterlijk elkaar versterken en jij de uitstraling hebt die je wilt hebben. Ik heb met zorg en liefde drie holistische 1-op-1 trajecten ontwikkeld om ervoor te zorgen dat jij je op je plek voelt bij een van de mogelijkheden. Weet je niet goed welk traject de beste keuze is voor jou? Laten we dan eens online kennismaken, ik adviseer je graag!

YOUR IDENTITY

Tijdens het 'Your Identity' traject ligt de focus op jouw persoonlijke ontwikkeling. Wie ben je nu echt en waar wil je naartoe? Wat is je missie en wat zijn je doelen? Wat zijn jouw talenten en hoe kun je die inzetten?

YOUR IMAGE

Tijdens het 'Your Image' traject ligt de focus op het uiterlijk. Aan de hand van een bewezen methode bepaal ik wat je mooiste kleuren zijn en welk stijltype het beste bij jou past. Een garderobe check en samen shoppen zijn uiteraard ook mogelijk. Alles zodat jij je na het traject zelfverzekerd en geweldig voelt en die uitstraling hebt die je gaat helpen om je doelen te bereiken.

TRANSFORM YOUR LIFE

Het 'Transform your life' traject is een combinatie van 'Your Identity' en 'Your Image' en biedt de meest transformerende ervaring aan voor jou om je gehele levensgeluk te vergroten.

Fluorescent pink

On 21 April 1978 the British punk band *The Sex Pistols* released their new single, 'God Save the Queen', on a limited-edition copy of their new single. The cover of the single, on a pumpkin-orange vinyl, features a globe, roughly coloured in a mix of yellow, red and poison-bright pink, stands against the world's seeping artificiality.

Fluorescent colours were a hot new thing in the 1970s, introduced by a special-edition box of eight fluorescent crayons, including the ultra pink and hot magenta colour, all of which glowed brightly under a black light. The aesthetic of the emerging punk movement too. High-contrast, saturated, bright colours were used to paint the aesthetic of the era, like the pink and yellow design on the Sex Pistols' *Never Mind the Bollocks* album cover.

Most of the colours we think of as so bright and high-intensity today are saturated but also because the dye or material absorbs the very short wavelengths of the spectrum, so that it is no longer warm. This is also why they are so bright and high-intensity.

then allowed the original text to be printed in a dark ink. The fluorescent dye was then used to make the print of the text. The text is available in a very high-contrast yellow and pink.

"Veel plezier gehad met het interactieve gedeelte van de masterclass. En vooral ook verrassende inzichten opgedaan!"





MASTERCLASS

In je kracht met kleur en kleding

De inhoud van een verhaal doet er toe, maar onderzoek toont aan dat de vorm ‘visueel en verbaal’ een even belangrijke rol speelt. Want als jij iets te vertellen hebt, dan wil je ook gezien worden. Je wil dat mensen onder de indruk zijn van jou als je een ruimte binnenloopt. Toch? Je uitstraling wordt vaak als ondergeschikt gezien, zeker in de zakenwereld en dat ziet iBounceBack graag anders!

Hoe kun jij jouw uitstraling inzetten om jouw verhaal te vertellen en daarmee jouw doelen op de werkvloer en in je privéleven te bereiken? Dat vertel ik je heel graag tijdens de masterclass ‘In je kracht met kleur en kleding’. In deze masterclass leer je alles over de psychologie van kleur en kleding en geef ik je concrete tips hoe jij dit kunt inzetten. Een interactieve, energieke masterclass met een mix van theorie en tips waar je morgen meteen mee aan de slag kunt!

“TOP SPREKER. INSPIRERENDE PRESENTATIE TOT KLEURRIJKE CONTRASTEN EN HELDER ZELFINZICHT. GA WAARVOOR JE STAAT EN STA WAARVOOR JE GAAT.”



GASTCOLLEGE

Dress for Success

Heb je een sollicitatie of moet je een belangrijke presentatie geven? Dan wil je dat wel met zelfvertrouwen rocken. Hoe zorg je nou dat je uitstraling recht doet aan wat je te bieden hebt? Hoe zorg je ervoor dat je het zelfvertrouwen kunt 'aantrekken'. In het gastcollege 'Dress for Success' leer ik studenten heel graag meer over de psychologie van kleur en kleding en hoe je dit inzet om jezelf te positioneren. Want hoe wil je dat anderen jou zien? Welke eerste indruk wil je maken?

Tijdens dit interactieve gastcollege met een mix van theorie en tips krijgen de studenten handvatten aangereikt om de opgedane kennis meteen in de praktijk te brengen. Hier hebben zij de rest van hun leven profijt van. Want vol zelfvertrouwen voor de dag komen, dat doet een mens pas echt goed!

"MERLIJN MAAKT IMPACT OP DE JONGE
PROFESSIONALS IN HAAR GASTCOLLEGE!"



WORKSHOP

Be Fabulous

Ik geef naast mijn eigen trajecten ook geregeld workshops. Dat doe ik niet alleen, maar met de talentvolle Alexandra! Alexandra en ik zijn een mooie combinatie van kleur, energie, onafhankelijkheid, vrouwelijke kracht en passie. We hebben allebei een mooie carrière in de financiële en zakelijke sector gehad en hebben nu onze krachten gebundeld, ieder vanuit onze unieke ervaringen en opleidingen. Onze missie: de innerlijke kracht van alle vrouwen met kleur en stijl laten stralen in deze wereld!

Daarom hebben wij samen een workshop in elkaar gezet waar we in één dag jouw innerlijke kracht ontdekken. Vervolgens helpen wij jou hoe jij die innerlijke kracht met kleur en stijl kunt gaan uitstralen. Deze workshop is perfect voor jou wanneer jij je leven prima op de rit hebt, maar toch het gevoel hebt dat het anders kan en moet. Je voelt aan alles dat er verandering mogelijk is, maar hoe?

In één dag leer je bewust keuzes te maken vanuit je innerlijke kracht, je impact te vergroten, de regie over jouw eigen leven te nemen en jouw energie te managen. Het gevolg? We ontdekken jouw kleur en stijl, je voelt meer vrijheid om jezelf echt te laten zien en je kunt sprankelen en shinen!



Dus, ben jij klaar om een leven te creëren waarin je je net zo zelfverzekerd voelt als dat je eruit ziet? Een leven dat écht voelt als jouw leven?

Toon lef en gun jezelf dat levensgeluk!



iBOUNCE BACK

+31 (0)6 20 59 07 14

merlijn@ibounceback.nl

www.ibounceback.nl