



HELP MEDEWERKERS DE CORONAWINTER DOOR

workshops die zorgen voor nieuwe energie

Geef je medewerkers tools in handen om **JUIST NU** lekker te blijven werken. Speciaal voor de zorg bieden we een serie inspirerende workshops aan. Met een flinke dosis energie en humor én een berg praktische tips. Zo laat je hen zeker niet in de kou staan.

Fit en gefocust (2 uur)

Hoe zorg ik ervoor dat ik genoeg energie heb om datgene wat ik wil doen op mijn werk, goed, effectief en met een frisse blik te doen? We kennen allemaal het principe van moe thuiskomen, op de bank ploffen en een serie bingen (als je ten minste al meteen kunt gaan zitten en niet ook nog drie hongerige kinderen hoeft te verzorgen). Pffff... Maar hoe zou het voelen als je op je (thuis)werk met een lekkere focus kan werken, je fris thuiskomt (of thuis je laptop dichtklapt) en je goede energie over hebt voor de rest van je dag? In deze workshop vertellen we je van alles over hoe je pro-actief jouw vitaliteit kunt managen en wat het effect daarvan is. Je krijgt praktische tips om je lijf en je brein fit te houden, zo kun je zelf kijken wat voor jou werkt. Ook aan toe? Kies voor jezelf en haak aan...

Never a dull moment (2 uur)

Iedereen heeft taken die hij als saai, stressvol of frustrerend ervaart. Die klanten die bellen met in jouw ogen 'overbodige' vragen, verslagen waar je tegenaan hikt of het verwerken van je kilometers. Goed nieuws! Door deze taken op een speelse en creatieve manier te designen worden ze ineens leuk en uitdagend. En als je er een fun-element aan toevoegt draagt het ook nog eens bij aan verbinding... In deze workshop van 2 uur ga je aan de slag met het begrip Flow: 'Hoe voelt Flow voor jou, wanneer en hoe kom je in een goede flow en wat levert het op in je werk?' Vervolgens ga je kijken hoe jij zelf een taak, die jou uit die flow haalt, kan designen. Designen? Ja: op een andere manier naar de taak kijken, het nut helderder maken, een uitdaging toevoegen of op een ander manier ervoor zorgen dat je de taak weer als iets positiefs ervaart. En dat draagt bij aan het gevoel van autonomie, geeft meer werkplezier en helpt om vaker flow te ervaren. En hoe dit precies voelt en wat dit voor jou kan betekenen? Dat kun je het beste zelf ervaren!

Laat mij maar lekker thuis! (2 uur)

Wat zou het opleveren als je dat thuiswerken zo in kon richten, dat het minstens zo leuk is als op kantoor. Dus geen files, wel leuk contact met je collega's. Geen mantelpak en make-up doen en wel een volledige focus om te werken. Geen hele dag achter je laptop op je thuishkantoor, maar afwisseling en plezier in je werk. In deze workshop van twee uur ontdek je waar voor jou werkplezier ontstaat en maak je keuzes die ervoor zorgen dat je hier meer van krijgt! Zoveel dat je dat kantoor niet eens meer mist...

Vragen?

fenne@gelukzusters.nl

Tijd voor een Pitstop (2 uur)

Het is goed om even stil te staan bij hoe je nu in je werk staat. Tijdens de 'Pitstop voor zorgmedewerkers' maak je samen met vakgenoten de balans op. Je kijkt naar hoe effectief en inspirerend jouw bijdrage op dit moment is en welke eerste stappen je kunt zetten om weer vol gas aan de slag te gaan (of misschien wil je juist een versnelling lager óf met meer energie over de finish...)

Deze twee uur nemen Esther van der Heeft en Fenne van den Bos je mee op de figuurlijke racebaan van het werk in de zorg. We kijken naar wat jou aan de gang houdt maar ook naar waar wel even aan gesleuteld mag worden.... Stap jij in?

Yes, een online meeting! (2 uur)

Veel van ons zijn er wel een beetje klaar mee, die online meetings die steeds hetzelfde verlopen en toch net niet die dynamiek geven die we op het werk juist zo fijn vinden. Met deze tips en tools voor online meetings ben jij degene die wél weer energie brengt in meetings, die wél alle deelnemers verbonden houdt en die dan ook nog eens resultaten weet te behalen. Zeker weten dat mensen voor jouw bijeenkomsten in de rij staan.... In deze workshop van twee uur laten we je verschillende tools en werkvormen zien en ervaren. Iedere werkvorm die wij gebruiken, kun jij meteen gebruiken!

Maak werk van je geluk (1,5 uur)

In anderhalf uur krijg je inzicht in de principes van werkgeluk. Waar wordt werkgeluk nu door beïnvloed? Wat kun je zelf doen om meer plezier te ervaren op je werk? En hoe hou jij ook in drukke, stressvolle tijden de spirit in je team hoog? Je krijgt niet alleen achtergrondinformatie maar ook praktische voorbeelden uit de zorg en inspirerende tips. Met dit webinar zet jij de beweging in gang en kun je direct het verschil maken in jouw organisatie.

Verandering? 1,2,3 ... gelukt! (2 uur)

Een verandering bedenken is niet zo moeilijk, zeker niet aan het begin van het jaar waarin we nog vol goede voornemens zitten: ik ga mijn grenzen aangeven, we gaan de teamoverleggen energiever aanpakken of we gaan met de teams zelfstandiger werken. Hoe komt het dan toch dat (gedrags)veranderingen vaak moeilijk door te voeren of vol te houden zijn? Of dat je voor je gevoel toch weer op weerstand stuit? In deze workshop van twee uur leer je de drie stappen die je helpen om een verandering goed weg te zetten en ervoor te zorgen dat jijzelf of je collega's het ook daadwerkelijk voor elkaar krijgen! De workshop is gebaseerd op de methode 'de ladder' van Ben Tiggelaar.



Lummelen (1,5 uur)

Het klinkt een beetje vies, lummelen, als iets wat je zekere niet op je (thuis)werk hoort te doen. Maar weet jij wat voor een positief effect tien minuutjes lummelen heeft op de rest van je werkdag? Weet je eigenlijk überhaupt nog wel hoe je dat doet, gewoon een beetje lummelen? In deze workshop leer je van alles over het belang van lummelen én ga je ermee oefenen in de praktijk. Durf jij daar tijd voor te maken in die volle agenda?



Leidinggeven op afstand (2 uur)

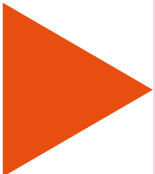
Ook voor leidinggevendenden is er veel veranderd door Corona. Want hoe geef je leiding op afstand en hoe houd je iedereen betrokken? Er wordt meer een beroep gedaan om op een flexibele manier te werken. Leidinggevendenden begeleiden nu meer medewerkers online of telefonisch en wat is dan een goede manier van aansturen, stimuleren, waarderen en contact maken/aandacht geven? Hoe zorg je ervoor dat iedereen verbonden blijft en dat gezamenlijke doelen/resultaten behaald worden? En hoe zorg je dan ook nog goed voor jezelf en deal je met je eigen onrust? In deze workshop van twee uur ga je op zoek naar meer structurele manieren om ook op afstand een goede leidinggevende te zijn.

Waardering op je werk (1,5 uur)

Tja, een schouderklopje geven doen we nu niet zo makkelijk meer. Maar waardering is misschien wel belangrijker dan ooit. In deze online-bijeenkomst hoor je waarom waardering nou eigenlijk zo belangrijk is en op welke manieren je de mensen om je heen kunt waarderen. Wij verzamelden veel voorbeelden uit de zorg die je ook in kan zetten in jouw organisatie. Deze inspiratiesessie geeft je ideeën waar je direct mee aan de slag kunt. Dus wil jij eenvoudig en effectief iets doen om het teamgevoel hoog en je collega's gemotiveerd te houden? Sluit dan aan bij deze bijeenkomst over 'waardering in je werk', dat scheelt je weer een duur marketingbureau...



Pak je regie (2,5 uur)



In deze workshop leer je meer over jezelf en je eigen persoonlijk leiderschap. Dit doen we met gebruik van de 7 gewoonten van effectief leiderschap (Covey). De centrale vraag is: 'Hoe wil jij aan het roer staan van je eigen leven?'. In deze workshop stel je jezelf kritische vragen, het zet je aan het denken en geeft directe handvatten om je leiderschap effectief in te zetten. Je energie gaat stromen en je leert hoe je tijdens je studie, werk en privé meer impact kunt hebben op je eigen situatie en je omgeving: keuzes maken die goed zijn voor jou en daarmee ook voor hoe je samenwerkt in je organisatie.