

MEDEWERKER CENTRAAL WEEK



14 T/M 18 NOVEMBER

MAANDAG 14/11/22

TEST JEZELF EN GA IN GESPREKI

Tijd: 9.00 - 12.45 uur en 14.30 - 16.15 uur

HOE VERGROOT JE JOUW GELUK ALS ZORGMEDEWERKER?

Tijd: 13.30 - 14.30 uur

REGIE OP EIGEN GEZONDHEID!

Tijd: 14.00 - 16.00 uur

JONGLEREN

Tijd: 15.30 - 17.00 uur

VOORPROEFJE MINDFULNESS

Tijd: 17.00 - 18.00 en 19.00 - 20.00 uur

VIA PERSOONLIJK LEIDERSCHAP NAAR MEER BALANS EN (WERK)GELUK

Tijd: 19.30 - 21.00 uur

► Meer info & aanmelden dagprogramma

DINSDAG 15/11/22

PASSIE, PLEZIER & ENERGIE: TROTS OP MIJ!

Tijd: 9.00 - 11.00 uur

TEST JEZELF EN GA IN GESPREKI

Tijd: 9.00 - 12.45 uur en 14.30 - 16.15 uur

VITAAL VERBINDEN, SAMEN KOM JE VERDER

Tijd: 9.30 - 11.00 uur

IK HEB DE REGIE!

Tijd: 10.00 - 13.00 uur

MINDFULNESS ADEMCOACHING

Tijd: 11.00 - 12.30 uur

OMDENKEN

Tijd: 13.30 - 16.30 uur

REGIE OP EIGEN GEZONDHEID!

Tijd: 14.00 - 16.00 uur

WERK EN MANTELZORG

Tijd: 15.00 - 16.30 uur

NOOIT MEER TE DRUK

Tijd: 15.00 - 17.00 uur

VEERKRACHT!

Tijd: 19.30 - 21.30 uur

► Meer info & aanmelden dagprogramma

WOENSDAG 16/11/22

TEST JEZELF EN GA IN GESPREKI

Tijd: 9.00 - 12.45 uur en 13.00 - 16.45 uur

ENERGIE EVENT

Tijd: 10.00 - 12.00 uur

SLAAP & VEERKRACHT

Tijd: 11.00 - 12.30 uur

NACHTBRAKERS

Tijd: 14.00 - 15.30 uur

MENTALE KRACHT - JE KUNT HET GEWOON ONTWIKKELEN!

Tijd: 14.00 - 15.30 uur

MENTALE FITNESS - TRAINEN VAN JE GEEST

Tijd: 15.00 - 16.30 uur

MANTELZORG: HOE BLIJF JE IN BALANS?

Tijd: 15.30 - 17.00 uur

OVERGANGSPERIKELLEN

Tijd: 15.45 - 17.00 uur

VAN ZELFEFFECTIVITEIT NAAR SAMEN EFFECTIVITEIT

Tijd: 19.00 - 20.00 uur

EIGEN REGIE EN HERSTEL (ERH)

Tijd: 19.00 - 21.00 uur

► Meer info & aanmelden dagprogramma



STERK IN JE WERK

Wil jij tijdens de Medewerker Centraal Week elke dag een e-mail ontvangen, waarmee je in een kwartiertje per dag vol energie en inspiratie aan de slag kunt met je loopbaan? Meld je dan aan voor de gratis online vijfdaagse van Sterk in je werk, zorg voor jezelf.

► Meer info & aanmelden

DONDERDAG 17/11/22

SLEUTELN AAN JE WERK

Tijd: 9.00 - 11.00 uur

TEST JEZELF EN GA IN GESPREKI

Tijd: 9.00 - 12.45 uur en 13.00 - 16.45 uur

HOOGGEVOELIG EN WERKEN IN DE ZORG

Tijd: 11.00 - 12.30 uur

VERGROOT JE WERKGELUK

Tijd: 13.30 uur tot 14.15 uur

WERK EN DE OVERGANG

Tijd: 14.00 - 15.30 en 19.30 - 21.00 uur

HOE WORD EN BLIJF JE VITAAAL?

Tijd: 16.00 - 17.00 uur

ZINGEVING

Tijd: 16.00 - 19.30 uur

► Meer info & aanmelden dagprogramma

VRIJDAG 18/11/22

TEST JEZELF EN GA IN GESPREKI

Tijd: 9.00 - 12.45 uur en 13.00 - 16.45 uur

KRACHTGERICHT WERKEN

Tijd: 10.00 - 11.30 uur

EIGEN REGIE EN HERSTEL (ERH)

Tijd: 10.30 - 12.30 uur

NACHTBRAKERS

Tijd: 14.00 - 15.30 uur

KEN JE ENERGIEGEVERS EN STEL JE GRENZEN

Tijd: 14.00 - 16.00 uur

BEWUST WORDEN VAN JE EIGEN INVLOED

Tijd: 14.00 - 16.00 uur

► Meer info & aanmelden dagprogramma

PROGRAMMA VOOR MEDEWERKERS IN ZORG EN WELZIJN IN OOST-NEDERLAND

THEMA 2022: MENTALE FITHEID