

Gedurende het thema Maak werk van je geluk, is het mogelijk om deel te nemen aan een workshop. Hieronder lees je over de 5 verschillende workshops. Welke spreekt jou aan? Meld je aan door je in te schrijven via de link op het medewerkersportaal.

- **Workshop Hoe doe jij ertoe (ertoe doen) 2-9 van 13.00-15.00 in Wellevaete**

Spring jij elke ochtend uit je bed, bruisend van energie om weer mensen te gaan helpen? Mooi zo. Maar als dat gevoel een beetje is weggeëbd, je al jaren op dezelfde plek zit en eigenlijk de uitdaging wat verdwijnt. Dan is het tijd om weer eens te kijken naar je purpose: datgene wat jou drijft om te werken. Zodat je werk niet alleen een bron van inkomsten is, maar je er ook het gevoel bij hebt dat je ertoe doet, dat je op de juiste plaats, voor de juiste mensen, de juiste dingen doet. Die dingen waardoor jij gekozen hebt voor jouw werk bij Schutse Zorg Tholen. Benieuwd naar jouw purpose? Kom dan zoeken naar de brandstof waarmee je weer jaren met plezier aan het werk blijft.

- **Workshop talenten (ontdek je superkrachten) 12-9 van 15.30-17.30 in Wellevaete**

Bescheiden als we zijn, lopen we over het algemeen niet te koop met datgene waar we heel goed in zijn. Jammer eigenlijk, want als je veel taken hebt die passen bij jouw sterke kanten maak je minder fouten, levert het betere resultaten op en heb je meer plezier in wat je doet. En zeker dat laatste is superbelangrijk, want als jij geniet van wat je doet, hebben je collega's, medewerkers en klanten daar ook plezier van. Dus ga eens met ons op zoek naar wat jouw unieke sterke punten zijn, die dingen waar je echt blij van wordt en onderzoek hoe je daar in je werk nog veel meer gebruik van kan maken. Bedenk eens met wat voor energie jij terugkomt van je werk als je je superpowers écht volop mag gebruiken....

- **Workshop je stem laten horen op een manier die werkt 18-9 van 13.00-15.00 in Wellevaete**

Ken je dat gevoel?..... 'Het heeft geen zin om wat te zeggen want het helpt toch niet én als ik wel wat zeg wordt er niet geluisterd'..... Dit heeft een negatieve uitwerking op jou, je team/collega's en de organisatie.

- Dat je in gesprek kan op een manier waarbij mensen horen wat jij zegt.
- Dat wat jij zegt ertoe doet.
- Jouw ideeën gehoord worden..
- Je duidelijk kan zijn en toch in verbinding blijft of juist in verbinding raakt
- Of dat je mensen kan aanspreken en dat dit dan ook effect heeft.

Zie je het voor je? Dan gaat de energie stromen en wordt je invloed groter. Zo breng je verandering in situaties die wat jou betreft anders kunnen of anders moeten. In deze

workshop krijg jij inzichten en tools die werken en waar je concreet mee aan de slag kan. En als je dit gaat toepassen gaan er deuren open!

- **Workshop De overgang (en de impact op de werkvloer) 1-10 van 15.30-17.30 in Wellevaete**

Iedere vrouw krijgt er vroeg of laat mee te maken: de overgang. In de zorg, waar veel vrouwen werken, is het een belangrijk maar vaak onbesproken onderwerp. Want wat betekent de overgang voor jou als je midden in het werk staat? En hoe beïnvloeden bijvoorbeeld nachtdiensten je lichaam en energie? In deze interactieve workshop leer je wat er in je lijf gebeurt, hoe je klachten herkent en wat jij kunt doen om vitaal en met plezier te blijven werken – óók in deze levensfase.

In deze interactieve workshop van Mieke Witmond maken we de overgang bespreekbaar. Mieke is werkgeluk- én vitaliteitsdeskundige, gespecialiseerd in werkende vrouwen die te maken hebben met de overgang en de uitdagingen die hierbij komen kijken. We halen het uit de taboesfeer. Je leert wat de overgang precies is, welke klachten kunnen voorkomen – ook de minder bekende – en hoe je vitaal door deze periode komt. We kijken samen naar de invloed van leefstijl, voeding, werk en mindset.

Wat kun je verwachten?

- Wat is de overgang?
- Typische én atypische klachten
- Herken je je eigen klachten?
- Belang van een juiste diagnose Leefstijl en voeding: wat helpt echt?
- De overgang en je werk: uitdagingen en oplossingen
- Bewustwording, eigen regie én het belang van een open gesprek met je werkgever

Waarom dit belangrijk is

De overgang kan impact hebben op hoe je je voelt, thuis én op het werk. Door meer kennis en openheid creëren we begrip, verminderen we uitval en vergroten we werkplezier.

- **Workshop never a dull moment 7 oktober van 13.00-15.00 Wellevaete**

Iedereen heeft taken die hij als saai, stressvol of frustrerend ervaart. Een verpleegkundige handeling die je al duizend keer gedaan hebt, rapportages waar je tegenaan hikt of een cliënt met wie je echt geen klik hebt. Goed nieuws! Door deze taken op een speelse en creatieve manier te designen worden ze ineens leuk en uitdagend. In deze workshop ga je aan de slag met het begrip Flow (die momenten dat je helemaal opgaat in je werk en de tijd vergeet). '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. Je maakt kennis met de verschillende mogelijkheden om een taak leuker te maken en onderzoekt wat bij jou past.