



VAN WERKDRUK NAAR WERKENERGIE

TRAINING

Alles voor meer Veerkracht

Van Werkdruk naar Werkenergie

Werkdruk en stress vormen een van de grootste uitdagingen binnen organisaties. In deze training leren leidinggevend en medewerkers hoe ze veerkrachtig kunnen omgaan met werkdruk en hoe ze hun veerkracht en werkplezier kunnen behouden.

Wat neem je mee uit deze training?

- ✓ Inzicht in de eigen veerkracht aan de hand van de Veerkrachtmonitor – Hoe kun je regie nemen over je eigen veerkracht, energiegevers en stressbronnen
- ✓ Stress en herstel – Hoe kun je ervoor zorgen dat je vitaal kunt leven en werken
- ✓ Actieplan voor je eigen inzetbaarheid – Direct toepasbare tools voor de werkvloer

”

WE PRATEN NU
ECHT ANDERS MET
ELKAAR OVER
WERKDruk. HET
HEEFT ONZE
SAMENWERKING
VERBETERD ÉN HET
WERKPLEZIER
TERUGGEBRACHT.

”

Praktische info

- De training duurt 1 of 2 dagdelen
- De deelnemers ontvangen de Veerkrachtmonitor
- Deze workshop wordt verzorgd door ervaren BPB trainers.



Veerkracht begint bij BPB

info@bpbmail.nl | 073-2032298
www.burnoutpreventienederland.nl