

Fit en Gezond werken

fit & gezond

Over de training/workshop

Tijdens deze training leer je je positie op de arbeidsmarkt te versterken. Zodat je zelf de touwtjes in handen houdt als het gaat om je loopbaan. Er is aandacht voor emotionele, fysieke, financiële en sociale aspecten.

Voor wie

Voor iedereen met een dienstverband bij Werkse!, ook mensen in een ontwikkelbaan. Er zijn 30 plekken beschikbaar. Per trainingsronde kunnen 7 medewerkers deelnemen.

Programma

Het programma bestaat uit 6 modules: Geluk, Voeding, Ergonomie, Financiën, Sociaal netwerk, Emotie & werk. Na afloop van de training bekijken we wie behoefte heeft aan aanvullende ondersteuning op de werkvloer.

Duur

Het programma duurt in totaal 12 uur, verdeeld over zes wekelijkse sessies van 2 uur. Daarnaast krijgen medewerkers begeleiding op de werkvloer door coaches die gespecialiseerd zijn in vitaliteit en duurzame inzetbaarheid.

Locatie

Werkse!, Gantel 23, Den Hoorn

Te behalen

Certificaat van deelname

Wanneer

Bekijk de kalender op www.werkse.nl/ontwikkelpunt

Meer weten

Voor meer informatie stuur een mail naar ontwikkelpunt@werkse.nl of bel 015 - 215 14 00 en vraag naar het Ontwikkelpunt