



2-daagse workshop

Uw medewerker vitaal en klaar voor de toekomst

met
vitaliteitsscan

Voor wie?

Deze workshop is voor professionals van 45 jaar en ouder die de regie houden op hun loopbaan en met werkgeluk en vitaliteit willen bijdragen aan de organisatiedoelen.

Resultaat

Uw medewerker krijgt inzicht in persoonlijke ambities, werkvermogen en welke ontwikkeling zal ondersteunen bij het werken met plezier. Door de optimale inzet van ervaring en talent draagt men optimaal bij aan de doelstelling van de organisatie. Door een plan van aanpak op te stellen voor de komende jaren, neemt de deelnemer zelfverantwoordelijkheid voor zijn of haar eigen duurzame inzetbaarheid.

Vitaal en klaar voor de toekomst

Programma

Voorafgaand aan de workshop maken de deelnemers een online vragenlijst, de Vitaliteitsscan. Het is een theoretisch goed onderbouwd instrument, waarbij het huidige en toekomstig werkvermogen, het werkplezier, balans, leefstijl, ambities en perspectief voor de toekomst worden gescand. De onderzoeksresultaten krijgen de deelnemers in de vorm van een helder, praktisch en inzichtelijk individueel rapport.

Dag 1

Start van de workshop is een kennismaking met de terugkoppeling en uitleg van de vitaliteitsscan, waarmee de vitaliteit en elementen van werkgeluk in kaart zijn gebracht. Ook is zichtbaar op welke aspecten persoonlijke ambities samenvallen met het werk en waar deze uiteenlopen. De persoonlijke doelstellingen worden bepaald en men gaat aan de slag met praktische opdrachten en oefeningen, afgewisseld met theoretische onderdelen. De deelnemer krijgt helder wat het werkvermogen ondersteunt of vermindert.

Dag 2

Aan de hand van de huiswerkopdracht en de persoonlijke doelstellingen vervolgen we de workshop.

- Wat is mijn perspectief en ambitie voor de toekomst?
- Welke stappen zet ik om gezond te blijven presteren?
- Wat wordt van mij gevraagd in de toekomst en wat heb ik nodig om dat waar te maken?

Om dit duidelijk te krijgen, behandelen we wederom op een afwisselende manier onderwerpen als persoonlijk leiderschap, jobcraften, personal branding en het vijf-fasen-carrière model.

Werkwijze

We werken plenair en in subgroepen. Tussen de twee workshopdagen zit een tijdsspanne van 2 à 3 weken, waarin de deelnemer werkt aan een huiswerkopdracht. De groepen bestaan uit minimaal zes en maximaal twaalf personen en de workshop wordt gegeven door de vitale © en ervaren coach en procesbegeleider Esther van der Aa (1964)

Praktisch

Wij kunnen de workshop "Vitaal en klaar voor de toekomst" exclusief voor uw medewerkers organiseren op een in overleg gekozen locatie. Uw medewerkers kunnen zich ook inschrijven voor deze workshop op basis van open inschrijving. Voor meer informatie en trainingsdata kunt u contact opnemen met:

Esther van der Aa
T 06-42 24 76 19
E esther@consensa.nl

Esther van der Aa
Coach & Procesbegeleider



Persoonlijk
leiderschap,
focus, vitaliteit
& werkgeluk