

Vitaliteit gaat over geestelijke én lichamelijke gesteldheid. Als je fit en vitaal bent leidt dat tot energie in je werk en daarbuiten. Deze maand een webinar over hoe je je dagelijkse werkrituelen kunt transformeren voor een gezonder en productiever leven. En natuurlijk weer tips, tools en trainingen die bij het thema Vitaliteit passen.

Doe er je voordeel mee!



Annemie Webers

WEBINAR **KANTOOR REVOLUTIE:** **TRANSFORMEER JE** **WERKDAG IN 60 MINUTEN**

16 sept
13 uur



Trainingen

- [40 dagen vitaliteit](#)
- [Meer glans en energie in jouw loopbaan](#)
- [50 plus? Jouw toekomst start hier en nu](#)
- [Assertiviteit - Ontspannen grenzen stellen](#)
- [Met inzicht en regie op weg naar je pensioen](#)
- [Timemanagement: 100% op maat](#)
- [Gezond beeldschermwerk](#)
- [Talent-APK](#)
- [FLOW - Jong Ontwikkelprogramma](#)
- [Beter omgaan met piekergedachten en hersenspinsels](#)
- [Focus like a pro](#)



Tests

- [FLOW - Quick Scan](#)
- [FLOW - De Stresstest](#)

Online kennissessies

- [Online kennissessie - Jij als mantelzorger](#)
- [Online kennissessie - Werk je door de overgang heen](#)
- [Online kennissessie - Rouw op de werkvloer](#)
- [Online kennissessie - Teveel prikkels op kantoor](#)



Boeken

- [Iets met grenzen stellen, Iris Posthouwer](#)

Podcasts

- [Aedes: nooit meer uit huis](#)

Themapagina's

- [FLOW - Themapagina Werkdruk](#)
- [FLOW - Themapagina Timemanagement](#)
- [FLOW - Het geheim van herstel](#)
- [Tips: afstand nemen van werk](#)



Beleid en tools

- [Financieel vitaal bij woondiensten](#)
- [FLOW - Arboportal](#)
- [Ontwikkelpraatkaart](#)
- [FLOW Loopbaanwijzer & gesprekken met een FLOW Loopbaanadviseur](#)
- [Rijksoverheid - Financieel fitte werknemers](#)
- [Aedes: samen oud](#)

