



Meld je aan!

Week van de Werkstress 2019

Maandag is het zover. De landelijke campagne Week van de Werkstress gaat van start. De activiteiten stromen binnen en deze willen wij graag met jullie delen! In deze nieuwsbrief zetten we weer een aantal mooie activiteiten in de spotlight. Meld jij jouw activiteit ook nog aan?

Nieuws

Gratis kennissessies 'Voorkom dat gezonde werkdruk omslaat in ongezonde werkstress'

Arboned, onderdeel van Human Total Care, organiseert interactieve kennissessies door heel het land. Maar liefst 25% van het langdurend verzuim is stressgerelateerd. Maar hoe herken je nu de eerste signalen? In de interactieve kennissessies worden praktische tips gegeven hoe je verzuim kan voorkomen door werkstress aan te pakken en welke impact een gezonde leefstijl heeft. Het volledige overzicht met kennissessies is [hier](#) te vinden. Zit de gewenste kennissessie vol? Dan is het ook mogelijk om de webinar te volgen. De webinar vindt plaats op donderdag 28 november 2019 om 12.00 uur.

Veerkracht op Vrolijke vrijdag

Passend duurzaam werk is volgens arbeidsdeskundigen de sleutel naar succes. Iedereen doet vrolijk mee. [Arbeidsdeskundigen.nl](#) is hoofdsponsor van de Week van de Werkstress en organiseert een webinar op Vrolijke Vrijdag 15 november van 11.00 tot 12.00 uur. Karel Bootsman, zelfstandig arbeidsdeskundige en specialist in werkstress én werkplezier geeft praktische tips. Wil je op de hoogte gehouden worden over dit webinar? [Meld dan aan via de website.](#)

Plezier is de beste remedie tegen werkstress

[EditieNL](#) heeft donderdagavond aandacht besteed aan Werkstress. In het item werd belicht dat stress helemaal niet slecht voor je hoeft te zijn maar juist ook voor een goede focus kan zorgen. Petra van de Goorbergh, directeur van OVAL, benadrukt dat je goed moet weten waar je energie van krijgt, zowel in je werk als daarbuiten. Wil jij weten hoe je kan voorkomen dat gezonde werkstress omslaat in ongezonde werkstress of hoe je het plezier in werk kan vergroten? Houdt onze mediakanalen volgende week goed in de gaten of doe mee aan de vele activiteiten die in het land worden georganiseerd.

Stigas kiest voor een week vol werkplezier!

Stigas, kennisinstituut van de agrarische en groene sector, wil medewerkers helpen bij het vergroten van werkplezier. Als partner van de Week van de Werkstress gaan zij de medewerkers elke dag twee oefeningen geven om met werkplezier en werkstress aan de slag te gaan en verloten zij gratis coaching gesprekken.



Week van de werkstress 2019
Uitschrijven Bekijk online

Contactgegevens

Postbus 4076
5004 JB TILBURG
Reitseplein 1
5037 AA TILBURG
Telefoon: 013 - 594 44 56
info@werkstress2019.nl

