



Vitaliteit, a piece of cake

Je duurzame inzetbaarheid in beeld

# Programma

- Welkom- check in
- Aanleiding van deze sessie en bespreken huiswerk
- Break out rooms: bespreken Vitaliteitswiel en eerste aanzet voor actie maken
- Ophalen groepsopbrengst en delen ervaringen

# Aanleiding van deze sessie

- Verbinding met thuiswerkende collega's is lastig;
- Non-verbale signalen zijn lastig te zien, ook via ZOOM of TEAMS;
- Behoefte aan grip op vitaliteit van de medewerker en voorkomen van uitval.

# Het vitaliteitswiel



Hoe vonden jullie het om het wiel in te vullen?

Welk woord kwam er in je op?

# Break out rooms

- Jullie gaan in kleine groepjes uiteen en bespreekt de volgende zaken:
  - Wat viel je op bij het invullen van het wiel?
  - Wat kan je zelf doen om een bepaalde situatie te veranderen?
  - Wat heb je nodig?

# Nabespreking

- Wat hebben jullie met je groepje besproken?
- Wat wil je delen met ons?
- Wat zou je eerste stap nu zijn?
- Zou je dit instrument kunnen gebruiken in je BILA's?

# Vervolg

- Heb je vragen over waar je het wiel allemaal voor kunt gebruiken, neem contact op met xxx.
- Wil je werken aan je eigen vitaliteit volg dan ook eens de workshop xxx.
- Ga aan de slag met het wiel en over x weken plannen we een vervolg sessie.

