



## TIPS VOOR ACTIVITEITEN IN DE WEEK VAN DE WERKSTRESS

De Week van de Werkstress is een uitgelezen kans om in de eigen organisatie aandacht te besteden aan werkplezier. Hoe krijg je werkplezier op de agenda?

1

Ga in gesprek met medewerkers over hun persoonlijke buffers. Waarvan gaan ze 'aan'? Wat geeft hun werkplezier? Wat maakt dat ze gezonde werkdruk kunnen hanteren?

2

Stimuleer en faciliteer dat werknemers onderling met elkaar over deze buffers en drijfveren in gesprek gaan. Hoe ziet je ideale werkdag eruit? Wat helpt jou en zorgt voor een goede balans? Wat heb je daarbij nodig?

3

Speel de Koerskaart en ga van werkstress naar werkplezier.

4

De gespreksleidraad werkstress helpt bij een goed gesprek over werkstress.

5

Schakel experts in ter ondersteuning bij de uitvoering van je plannen voor bv. coaching, training of advies.

6

Organiseer een Werkplezier ontbijt.



7

Deel informatie via mail of Intranet.

8

Bied een workshop aan.

9

Start een prijsvraag of 'challenge' over 'Plezier in je werk'.

10

Geef medewerkers een klein presentje met een waarderende boodschap.

11

Kom naar de Campagnebijeenkomst vol inspiratie en tips op maandagmiddag 15 oktober a.s.. Aanmelden via [info@Werkstress2018.nl](mailto:info@Werkstress2018.nl)

12

Laat je inspireren door de ruim 200 organisaties die verspreid over het land in 2017 deelnamen. Staat jouw organisatie in 2018 ook op deze landkaart?

Maak er een vrolijke week van vol werkplezier!