

## Uitnodiging Workshops

# Herstellen doe je op je werk!

### Workshopronde 1:

Vrijdagochtend 19 november 2021

Vrijdagochtend 10 december 2021

### Workshopronde 2:

Vrijdagochtend 14 januari 2022

Vrijdagochtend 11 februari 2022

**In een maatschappij die steeds meer van ons vraagt en de tegelijk steeds krapper wordende arbeidsmarkt, wordt de noodzaak voor het inbouwen van herstel in het werk van mensen steeds groter. Wetenschappelijk onderzoek en praktijk ervaring heeft de laatste jaren aangetoond dat herstel een krachtige energiebron en buffer is tegen werkstress en verzuim door ziekte.**

Een aantal professionals op het gebied van Arbeid en Gezondheid, die zijn verbonden aan de International Stress Management Association Nederland, heeft hiertoe de 'Leidraad voor hersteltijd op het werk' ontwikkeld. Het is een aanzet voor een concrete invulling van welzijn op het werk, zodat leidinggevend, HR-professionals en directies van arbeidsorganisaties hiermee duurzame inzetbaarheid van hun mensen kunnen bevorderen.

Dat vraagt allereerst om het creëren van ruimte om het onderwerp hersteltijd breder bespreekbaar te maken. Daarom organiseren we tweedaagse workshops voor mensen die in hun beroep een activerende en adviserende rol hebben t.a.v. herstel van medewerkers.

### Voor wie is het?

Bedrijfsartsen, arbeidsdeskundigen, arbeidspsychologen, leidinggevend, HR-professionals en andere geïnteresseerden zijn van harte welkom.

**Je leert vanuit praktijk en wetenschap "hersteltijd op het werk" in je eigen situatie en organisatie toe te passen. De aanpak is interactief:**

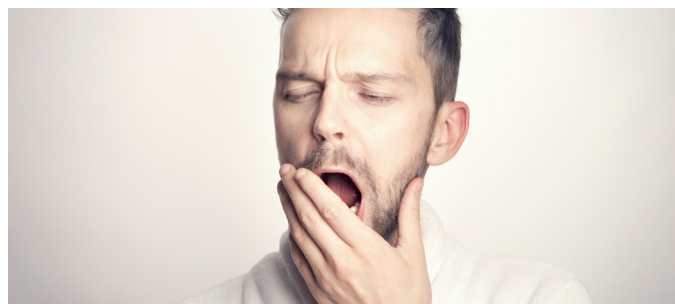
- Wat hersteltijd is en wat gebrek aan hersteltijd op fysiologisch gebied met ons lichaam doet;
- Waarom herstel en hersteltijd op het werk noodzakelijk is;
- Welke werksituaties extra aandacht voor hersteltijd vragen;
- De werking van de 'herstel-paradox' en welke invloed je daarop hebt;
- Hoe je als professional herstel-bevorderend kunt werken met verschillende herstel-interventies;
- Hoe je in je organisatie herstel bespreekbaar maakt en kunt werken

aan ruimte voor herstel;

- De beide workshops rond je af met een concreet plan van aanpak, gericht op jouw specifieke vraag om hersteltijd toe te passen.

### Workshop leiders

De workshops worden gegeven door een wisselende samenstelling van twee professionals uit de samenstellers van de 'Leidraad hersteltijd op het werk'.



<b>Locatie</b>	Amershof, Amersfoort
<b>Tijd</b>	20:00 – 21:30 uur
<b>Kosten</b>	€250 voor ISMA-leden €295 voor niet-leden
<b>Aanmelden</b>	info@stress-management-nl.org
<b>Accreditatie</b>	ABvC NIP A&O NVvA ABSG NIP NVGzP (aangevraagd)