



COLLEGIALI-TIJD

LAS ELKE WEEK MINSTENS ÉÉN DAG IN WAARBIJ JE DE MIDDAGPAUZE SAMEN MET JE COLLEGA'S DOORBRENGT. HOE JE DIE PAUZE INVULT, KUNNEN JULLIE ZELF BEPALEN. SAMEN LUNCHEN (EVENTUEEL NIET IN HET BEDRIJFSRESTAURANT MAAR BUITEN DE BEDRIJFSMUREN) IS EEN OPTIE, MAAR DURF ZEKER OOK BREDER TE DENKEN! JE KAN BIJVOORBEELD EEN AANTAL COLLEGA'S RONSELEN OM SAMEN EEN EINDJE TE JOGGEN, OF EEN BADMINTONWEDSTRIJDJE TE SPELEN. GEEN ZIN OF TIJD OM JE SPORTKLEREN AAN TE TREKKEN? DAN KAN JE ALTIJD OPTEREN VOOR EEN GEZELSHAPSSPEL OF EEN SPELLETJE KAARTEN.

DEZE TACTIEK HEEFT MEERDERE VOORDELEN: TIJDENS DE LUNCHPAUZE EVEN AFSTAND NEMEN VAN JE WERK IS GEZOND VOOR JE LICHAAM EN GEEST, DIE NOOD HEBBEN AAN RECUPERATIE. MAAR DOOR NIET-WERK GERELATEERDE ACTIVITEITEN TE DOEN SAMEN MET JE COLLEGA'S, KRIJG JE OOK DE GELEGENHEID OM DE MENS ACHTER JE COLLEGA'S TE LEREN KENNEN. DIT BEVORDERT DE BAND IN HET TEAM EN ZORGT VOOR EEN BETERE COMMUNICATIE, OOK TIJDENS HET WERK.

WEES ZEKER NIET BANG OM ZELF HET INITIATIEF TE NEMEN OM DIT TE DOEN; JE COLLEGA'S ZULLEN DE INSPANNING ZEKER WAARDEREN EN ALS ZE MERKEN DAT JIJ JE OPENSTELT VOOR HEN, ZAL JIJ OOK VEEL MEER TERUGKRIJGEN VAN HEN.

WIL JE GRAAG IETS VERANDEREN AAN JE RELATIES OP HET WERK MAAR HEB JE GRAAG IETS MEER BEGELEIDING? NEEM DAN ZEKER EENS EEN KIJKJE IN ONZE ZELFCOACHINGSTOOL: EEN HANDIGE PRINTBARE GIDS DIE JOU STAP VOOR STAP DOOR HET VERANDERINGSPROCES LOODST!