

Beste betrokkene bij Ondernemend Onderwijs,

Wellicht over het hoofd gezien door de vakantie?

Unieke interactieve netwerkbijeenkomst over **'Veerkrachtig in je vel'**

Handvatten krijgen hoe je je eigen veerkracht en de veerkracht van anderen kan versterken? Hierna kun je meteen concreet aan de slag!

Vrijdag 22 maart 2019, 15.00-17.00uur, Het Rondeel Acaciasingel 77, Den Bosch.
Inloop vanaf 14.30uur. Hieronder zie je de [omschrijvingen van de workshops](#) die a.s. vrijdag gegeven worden.

[Apolline Mol](#)

Lid programmateam Ondernemend Onderwijs 'sH

06 319 417 44

www.ondernemend-onderwijs.nl

Workshop 1: Maak kennis met 'Van druk naar GELUK' ZIJN, is dat nou fijn? - door Katja Danen van [Find Your Sparkle & Aukje Diks van The Coach Company](#)

In deze workshop kijken wij wat JIJ kan doen voor meer ontspanning, focus, rust en succes. Wij worden allemaal veel geleefd, ons hoofd loopt over, de [to do](#) lijsten zijn oneindig en aandacht verslapt, met alle gevolgen van dien op onze ontspanning, het overzicht en ons geluk. Hoe kun je meer ZIJN in het moment? En vooral: wat levert het op?

Workshop 2: [Geluksles op de basisschool, hoe word ik gelukkig?](#) - door [Ivvy Kwak van KC De Haren te 's-Hertogenbosch](#)

Hoe geef je [geluksles](#) op school? Dat leer je in deze workshop. Kinderen leren invloed te hebben op hun eigen geluk, krijgen een positiever zelfbeeld en geven geluk d.m.v. een [geluksactie](#). Tijdens de workshop ga je zelf enkele opdrachten van de [gelukslessen](#) uitvoeren. Bijvoorbeeld een dankbaarheidskaartje of een complimentenhand maken.

Workshop 3: [Veerkracht en welbevinden, een 'heleschoolbenadering'](#) - door René van der Weel van [KC Sterrenbosch en Leer- en Veerkracht](#)

Aan het eind van deze workshop heb je kennis gemaakt met het Leer- en Veerkracht traject, weet je hoe een ['heleschoolbenadering'](#) eruit ziet, weet je wat positieve psychologie is, hoe je veerkracht en welbevinden kunt versterken, wat dat kan opleveren én kun je deze kennis direct toepassen in de klas, of delen met jouw collega's.

Workshop 4: Maak kennis met 'Van druk naar GELUK' Hoe kijk JIJ? - door Katja Danen van [Find Your Sparkle & Aukje Diks van The Coach Company](#)

In deze workshop staan wij stil bij JOU.

Wat gebeurt er als je ruimte maakt voor GELUK? We gaan kijken naar wat JIJ graag wil voor meer geluk, ontspanning of plezier.