

ONLINE TRAINING VOOR DE THUISWERKER EN DE DUIZENDPOOT OP KANTOOR

RUST IN JE HOOFD

 slimwerken.com



RUST IN JE HOOFD

Weet je waarom?

- Je soms de hele dag met je e-mail bezig bent?
- Niet toekomt aan de dingen die je echt belangrijk vindt?
- Het soms zo moeilijk is om van je telefoon af te blijven?
- Het thuis soms moeilijker is om te stoppen met werken dan op kantoor?

Wat is het resultaat van rust in je hoofd?

- Ontspannen en energiek zijn de hele dag door .
- De tijd nemen (en krijgen) om je werk goed te doen.
- Focus behouden in een omgeving vol afleiding en stoorzenders.
- Het werk los kunnen laten, zodat vrije tijd echt tijd voor jezelf wordt.

In deze online training krijg je antwoord op deze vragen en leer je hoe je rust in je hoofd krijgt en behoudt.

Deze training is enerzijds bedoelt voor mensen die veel thuis werken. Daarnaast is hij heel zinvol als je veel werk te doen hebt en werkt in een drukke omgeving met veel verstoringen.

Praktisch

- ± 1,5 uur.
- Online of op locatie.
- Voor kleine en grote groepen.
- Leuk, leerzaam, inspirerend, interactief en toepasbaar in de praktijk.

contact@slimwerken.com | 013 - 577 04 95 | www.slimwerken.com