

Rottekade 58  
2661 JN Lansingerland

T + 31 (0) 10 5216211  
F + 31 (0) 10 5212667  
E [info@priorities.nl](mailto:info@priorities.nl)  
I [www.priorities.nl](http://www.priorities.nl)

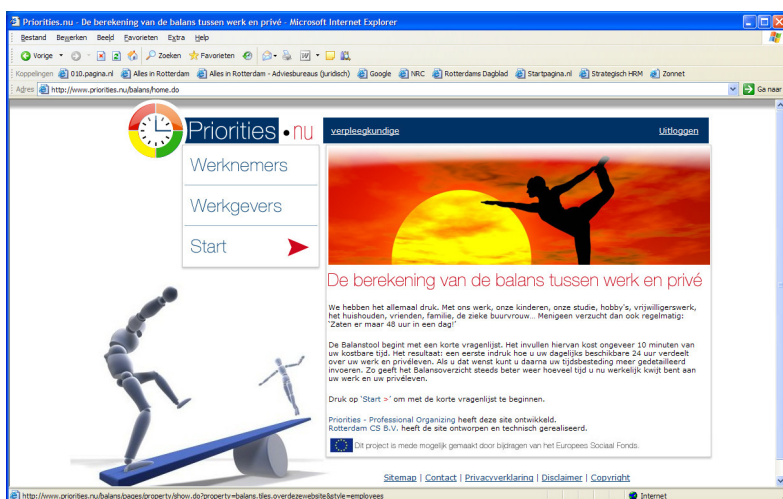
## Presentatie Work Life balance

U hebt het druk. Met uw werk. Daarnaast met sport, kinderen, familie, vrienden, hobby's en tijd voor uzelf ...  
Balans tussen werk en privé, is dat een luxe of is het noodzaak? Is aandacht voor een goede balans een medewerkersissue of een managementissue?

Sandra Kruijt van Priorities – Professional Organizing verzorgt informatieve, interactieve, beeldende presentaties rond het thema 'Balans in het werk' en 'Balans tussen werk en privé'.

Deze (lunch) presentaties zijn bedoeld om werkgevers en medewerkers op een informatieve en laagdrempelige manier aan het denken te zetten over work life balance, werkdrukke en de gevolgen ervan. Ook zijn ze leuk om het gesprek binnen het bedrijf over een onderwerp dat een ieder raakt op gang te brengen.

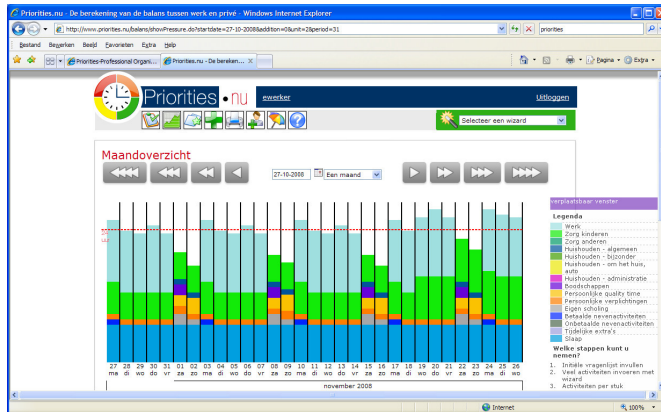
De presentatie duurt ongeveer 30 minuten. De mensen in uw bedrijf of organisatie kunnen daarna doorpraten tijdens het eten van een broodje en wat folders meenemen over het belang van een goede work life balance en hun eigen rol daarbij.



De grote lijn in de presentaties is: wie herkent welke situatie van balans werk & privé, er kan onbalans zijn + (wetenschappelijk) onderzoek erover, hoe ontstaat onbalans op het werk, hoe ontstaat het privé, wat zijn de gevolgen en wat zijn de instrumenten om het op te lossen (websites, boeken, onderzoek, tools).

Het doel van de presentatie is om mensen aan het denken te zetten.

De Balanstool Priorities.nu van Priorities – Professional Organizing wordt behandeld worden als instrument voor het bereiken van een goede work life balance.



Priorities – Professional Organizing heeft de Balanstool Priorities.nu gemaakt die u helpt bij het vinden van balans in het werk, balans in privé of balans tussen tussen werk en privé. Balans is de basis van zakelijk succes, vitaliteit, gezondheid, geluk & succes privé. Deze internetapplicatie maakt u duidelijk hoe u uw dagelijks beschikbare 24 uur verdeelt. Vervolgens kunt u onderzoeken hoe u een betere balans kunt bereiken.

Deze presentaties, altijd op maat gemaakt en afhankelijk van het accent dat een bedrijf wil leggen, zijn reeds vele malen succesvol gehouden bij bedrijven en organisaties.

Bij de presentaties worden folders uitgedeeld van kennisinstituten. Dit alles bedoeld om medewerkers of managers te ondersteunen bij het tot stand brengen van hun balans (of van de mensen in hun team).

Sandra Kruijt van Priorities – Professional Organizing adviseert bedrijven, traint en coacht professionals bij tal van aspecten rond werk privé balans, zoals vitaliteit, gezondheid, inzetbaarheid en ziekteverzuimpreventie. Hiervoor heeft zij de Balanstool Priorities.nu – de berekening van de balans in het werk en de balans tussen werk en privé ontwikkeld.

Zij schrijft De Sandra Blog – On work life balance ([www.sandrakruijt.wordpress.com](http://www.sandrakruijt.wordpress.com)), met serieuze en leuke bijdragen over dit onderwerp. Met achtergrond informatie en een kwinkslag probeert zij mensen aan het denken te zetten over onderwerpen die hun werk – life balance bepalen.

Optioneel:

Aansluitend kan een work life balance workshop gegeven worden (hiervoor zijn verschillende mogelijkheden afhankelijk van de wensen) of kunnen deelnemers met elkaar het work life balance spel spelen. *Tips en trucs (serius of komisch), je collega's in een relaxte sfeer beter leren kennen en nog veel meer, maakt dit tot een leuke activiteit. Goed voor de balans!*