

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)



## **Workshop werkdruk, work life balance en duurzame inzetbaarheid.** *(ook in Engels)*

U heeft het druk. Met uw werk. Daarnaast met sport, vitaliteit, kinderen, familie, vrienden, hobby's ...

Soms vraagt u zich af hoe u alles combineert, óf u het wel kunt combineren, of uw eigen vitaliteit en geluk er niet bij in schiet. U trekt veel werk naar zich toe. Gewoon omdat u het kan en omdat u het wilt. Soms vraagt u zich af of u niet teveel doet? Misschien steken klachten de kop op of wijzen mensen in uw omgeving u erop dat het zelfs voor u wel eens teveel kan zijn.

Priorities, sinds 2004 gespecialiseerd in werkdruk en werk privé balans, verzorgt voor bedrijven en organisaties de workshop 'werkdruk en work life balance'. Afhankelijk van uw wensen, kan de workshop wetenschappelijk worden ingestoken, als teambuilding activiteit of om het onderwerp werkdruk binnen uw organisatie op een goede manier op de agenda te zetten.

Een goede balans tussen werk en privé is de basis van vitaliteit, van duurzame inzetbaarheid en van gezond en met plezier werken. In mei 2014 is daarom door het Ministerie van Sociale Zaken de campagne gestart: Herken de druppel, check je werkstress.

Sandra Kruijt van Priorities laat u kennis maken met dit onderwerp op een informatieve en inspirerende manier. In deze in-company workshop (afhankelijk van uw wensen van anderhalf tot drie uur) krijgen de deelnemers een presentatie rond het thema en spelen deelnemers met elkaar het bordspel 'werkdruk & work life balance'. In een relaxte sfeer collega's en hun standpunten beter leren kennen maakt dit tot een informatieve en inspirerende middag.

Indien gewenst, kunnen deelnemers vooraf de work life balance questionnaire invullen. Zo kunt u als HRM afdeling of management met de uitkomsten hiervan vooruit in uw aanpak van het onderwerp (preventie van) werkdruk, vitaliteit en een goede balans tussen werk en privé.



---

Meer weten? [sandra.kruijt@priorities.nl](mailto:sandra.kruijt@priorities.nl) of 06-29377289 Mr Sandra Kruijt van Priorities is consultant (strategisch) HRM en executive coach professional efficiency. Sinds 2004 begeleidt zij busy professionals, management, teams en afdelingen bij (preventie van) werkdruk. Specialisatie: duurzame inzetbaarheid, werkdruk en work-life balance.