

	<b>Maart 2021</b>
<b>Week 1</b>	<b>Thema: Nieuw werk</b>
<b>Week 2</b>	<b>Thema: Werk-Privé balans</b>
<b>Week 3</b>	<b>Thema: Loopbaanontwikkeling &amp; Persoonlijke groei</b>
<b>Week 4</b>	<b>Thema: Communicatie</b>

## Programma maart 2021

- **Doen waar je goed in bent**  
Dinsdag 9 maart 2021 | 14:00u  
Aanmelden: <https://my.demio.com/ref/3YoKnNFVBre6qoap>
- **Krachtig kwetsbaar | Inspiratiesessie met Anita Wix**  
Donderdag 11 maart 2021 | 14:00u  
Aanmelden: <https://my.demio.com/ref/cD1arHI5R305Ca7D>
- **De kracht van falen**  
Dinsdag 16 maart 2021 | 14:00u  
Aanmelden: <https://my.demio.com/ref/W7CkgshxWrLi7whK>
- **Uitstelgedrag | "Eerst nog ff dit"**  
Donderdag 18 maart 2021 | 14:00u  
Aanmelden: <https://my.demio.com/ref/gL7hgZMc12ZK4456>
- **Het sollicitatiegesprek**  
Dinsdag 23 maart 2021 | 14:00u  
Aanmelden: <https://my.demio.com/ref/2F1lhH1mAwUp5O9i>
- **Onderhandelen**  
Donderdag 25 maart 2021 | 14:00u  
Aanmelden: <https://my.demio.com/ref/dQgdqhekHWVKE87f>

Facta non Verba.  
realiseert mobiliteit

**WEBINARS**

LOOPBAANLOUNGE.NL

## **Maart 2021**

### **Doen waar je goed in bent**

Dinsdag 9 maart 2021 | 14:00u

Dit webinar is voor iedereen die talenten en diepste verlangens wil ontdekken. Voor iedereen die levensdoelen wil bereiken. En voor iedereen die wil doen ... waar hij of zij goed in is en blij van wordt.

**Aanmelden:** <https://my.demio.com/ref/3YoKnNFVBre6goap>

### **Krachtig kwetsbaar | Inspiratiesessie met Anita Wix**

Donderdag 11 maart 2021 | 14:00u

*"10% van de Nederlanders heeft te maken met huiselijk geweld. 70% daarvan heeft een betaalde baan. Binnen iedere organisatie zijn er daarom vaak meerdere medewerkers die slachtoffer zijn."*

Voor de werkgever bestaan de gevolgen van het huiselijk geweld uit verminderde arbeidsproductiviteit en verhoogd ziekteverzuim. Er is daarom naast de zorg voor het welzijn van de medewerker en het streven naar duurzame inzetbaarheid, ook een bedrijfsmatige reden om met dit probleem aan de slag te gaan. Hoe eerder, hoe beter! Zeker in deze tijd waarin veel thuis wordt gewerkt.

Wil jij meer weten over hoe jij of jouw organisatie het verschil kan maken? Meld je aan voor de inspiratiesessie met Anita Wix.

**Aanmelden:** <https://my.demio.com/ref/cD1arHI5R305Ca7D>

### **De kracht van falen**

Dinsdag 16 maart 2021 | 14:00u

Falen levert alleen iets op als je ervan leert. Wil je weten hoe je dit aanpakt? Volg het webinar 'De kracht van falen', want falen geeft je inzicht in je grenzen en mogelijkheden en draagt bij aan persoonlijke groei.

Door dit webinar

- Ontdek je welke voordelen falen oplevert.
- Probeer je faalangst te verminderen door je zelfvertrouwen te vergroten.
- Daag je jezelf uit door uit je comfortzone te komen.
- Zet je negatieve gedachten om in positieve gedachten.
- Leer je zelfcompassie tonen wanneer je faalt.
- Neem je afstand van de situatie en evalueer je de fout.
- Neem je verantwoordelijkheid voor je falen en denk je aan medegeëdupeerden.
- Creëer je een bedrijfscultuur waarin fouten openlijk worden besproken.

**Aanmelden:** <https://my.demio.com/ref/W7CkqshxWrLj7whK>

**Uitstelgedrag | "Eerst nog ff dit"**  
Donderdag 18 maart 2021 | 14:00u

Doe mee met dit webinar en krijg praktische tips over hoe je beter om kan gaan met uitstelgedrag!

Wat kan je verwachten?

'Zou jij even een pakkend tekstje wilde schrijven voor het webinar over uitstelgedrag?' 'Ja natuurlijk, dat doe ik meteen!' Maar eerst nog even snel op LinkedIn checken, lunch maken, meteen even de vaatwasser uitruimen, even snel de Voetbal International doorlezen, nog een snel die coole Nikes bestellen die ik net op Instagram langs zag komen en dan ga ik dat tekstje schrijven. Echt! En anders sowieso morgen..

Herkenbaar? 😊

Zou je hier eens wat verder in willen duiken? stel dat dan niet langer uit! Schrijf je **nu** in voor het webinar 'Uitstelgedrag'.

**Aanmelden:** <https://my.demio.com/ref/gL7hgZMc12ZK4456>

**Het sollicitatiegesprek**

Dinsdag 23 maart 2021 | 14:00u

Een webinar boordevol adviezen en informatie voor het voeren van een sollicitatiegesprek

En daar zit je dan... het is gelukt! Je bent uitgenodigd voor een sollicitatiegesprek! Op anderhalve meter afstand. Of voor je laptop en webcam, met voor je op het scherm de recruiter of de manager.

Slik...

Normaal is een sollicitatiegesprek al best spannend. Want zo vaak in je leven doe je dat nou ook weer niet. En nu met het gesprek aangepast aan de Corona-maatregelen komt er nog meer spanning bij.

**Webinar extra informatie:**

- Hoe kun je in het gesprek jezelf authentiek én onderscheidend laten zien?
- En welke mindset hebt je nodig om het gesprek ontspannend te kunnen voeren?
- En hoe zorg je ervoor dat je op het netvlies blijft bij je gesprekspartner?
- Welk vragen ga jij eigenlijk stellen om erachter te komen of die baan bij jou past?
- Welke onderdelen in het gesprek kan jij je op voorbereiden? En hoe hou jij de regie?
- Waar moet je op letten als het gesprek via videobellen verloopt?

**Aanmelden:** <https://my.demio.com/ref/2F1lhH1mAwUp5O9i>

## **Onderhandelen**

Donderdag 25 maart 2021 | 14:00u

Onderhandelen doet iedereen en bijna zeker dagelijks: met medewerkers of collega's, met leidinggevenden, met klanten of met leveranciers, met je kinderen, of je partner.

Telkens opnieuw zoek je naar het sluiten van een optimale deal.

Maar wellicht bekruipt je soms het gevoel dat je teveel toegegeven hebt? Of dat de sfeer allesbehalve prettig was? Je wil wel begrip tonen voor de bezorgdheden en belangen van de andere, maar jezelf toch niet tekort doen?

Tijdens dit webinar ontdek je hoe je dit aanpakt !

Na dit webinar

- weet je goed wat je moet doen om je doelen te bereiken en ontspannen en vol zelfvertrouwen een onderhandeling aan te pakken
- ken je enkele persoonlijke valkuilen bij het onderhandelen en weet je hoe je die moet omzeilen;

**Aanmelden:** <https://my.demio.com/ref/dQgdqhekhWVKE87f>

April 2021	
Week 1	Thema: Nieuw werk
Week 2	Thema: Werk-Privé balans
Week 3	Thema: Loopbaanontwikkeling & Persoonlijke groei
Week 4	Thema: Communicatie

### Programma april 2021

- Talkshow: Vraag het de Recruiter**  
 Donderdag 1 april 2021 | 14:00  
 Aanmelden: <https://my.demio.com/ref/kvw6DG1gNmwpWET8>
- Breinvriendelijk (thuis)werken**  
 Dinsdag 6 april 2021 | 14:00u  
 Aanmelden: <https://my.demio.com/ref/t86XEvak8L65Zndy>
- Masterclass Stressmanagement**  
 Donderdag 8 april 2021 | 14:00u  
 Aanmelden: <https://my.demio.com/ref/Z1qfpAJQ4JKDWhRC>
- Ontdek je talent** | Zelfkennis. Zelfinzicht. Zelfvertrouwen.  
 Dinsdag 13 april 2021 | 14:00u  
 Aanmelden: <https://my.demio.com/ref/5D1FOYNMxsbpcXv>
- Effectief improviseren**  
 Donderdag 15 april 2021 | 14:00u  
 Aanmelden: <https://my.demio.com/ref/h95JdIDTE4oxZtUV>
- Solliciteren met video**  
 Dinsdag 20 april 2021 | 14:00u  
 Aanmelden: <https://my.demio.com/ref/rOW3UQoMa5a17SYv>

Facta non Verba.  
realiseert mobiliteit

WEBINARS

LOOPBAANLOUNGE.NL

**April 2021**

**Talkshow: Vraag het de Recruiter**

Donderdag 1 april 2021 | 14:00u

'Vraag het de Recruiter' is een (online) talkshow met een panel recruiters aan wie jij al je sollicitatievragen kunt stellen, de meningen over de vele tegenstrijdige adviezen kunt peilen en met wie je kunt netwerken.

**Aanmelden:** <https://my.demio.com/ref/kvw6DG1gNmWpWET8>

**Breinvriendelijk (thuis)werken**

Dinsdag 6 april 2021 | 14:00u

**Als werk en privé kriskras door elkaar lopen, gaat het brein primair reageren. Met toenemende stress wordt helder denken steeds moeilijker. Hoe krijg je het overzicht weer terug?**

Mensen zijn gewend aan ritme. Het werkritme op kantoor verschilt dag en nacht van de dynamiek thuis. Maar nu we massaal thuiswerken, valt de scheiding tussen werk en privé weg. Zeker werkende ouders met kinderen moeten voortdurend schakelen. Dat vergt veel van ons aanpassingsvermogen. Het stressniveau kan daarbij flink oplopen. Het goede nieuws: je kunt de harmonie herstellen.

Tijdens de training 'Breinvriendelijk (thuis)werken' krijg je handige tips, tools en inzichten.

**Aanmelden:** <https://my.demio.com/ref/t86XEvak8L65Zndy>

**Masterclass Stressmanagement**

Donderdag 8 april 2021 | 14:00u

Thuis of op het werk heeft iedereen ermee te maken: stress. Stress is een natuurlijke, gezonde reactie van het lichaam. We hebben zelfs een zekere mate van stress nodig om goed te functioneren. Langdurige stress kan echter leiden tot allerlei gezondheidsklachten, verminderde productiviteit en verzuim. Het kan ook bestaande (fysieke) klachten verergeren.

Juist omdat iedereen anders met stress te maken heeft, staat de persoonlijke ervaring centraal bij stressmanagement. Voordat jij jouw gedrag kunt veranderen om minder last te hebben van stress, moet je eerst jouw stress herkennen en erkennen.

**Na het webinar heb je:**

- Meer inzicht in percepties en overtuigingen in relatie tot stress
- Praktische kennis over stress en stressregulering
- Eenvoudig toepasbare technieken om stress te "managen"
- Meer rust, energie en balans

**Aanmelden:** <https://my.demio.com/ref/Z1qfpAJQ4JKDWhRC>

**Ontdek je talent** | Zelfkennis. Zelfinzicht. Zelfvertrouwen.  
Dinsdag 13 april 2021 | 14:00u

**Je talent is je meest kostbare bezit. Het webinar 'Ontdek je Talent' moedigt je aan om je eigen talent te leren kennen en het met plezier in te zetten.**

Ieder mens heeft en is een uniek talent. Door te werken vanuit je talent ga je je vooral focussen op dingen waar je van nature goed in bent. Een talent overstijgt dus het niveau van gewone vaardigheden en is daardoor een sleutel naar succes.

**Aanmelden:** <https://my.demio.com/ref/5D1FQYNSMxsbpcXv>

### **Effectief improviseren**

Donderdag 15 april 2021 | 14:00u

Improviseren doet iedereen bijna wel iedere dag, ook op je werk. Ga maar na, een vergadering of afspraak wordt op het laatste moment uitgesteld. Je moet dus ineens je tijd anders indelen. Maar denk ook aan onverwachte vragen die worden gesteld tijdens een presentatie. Je moet dan ineens een antwoord bedenken, improviseren. Hoe spannend ook, toch zijn dit vaak je beste momenten.

Het webinar Effectief improviseren stimuleert je op een luchtige manier je horizon te verbreden, het heft in eigen handen te nemen en samen te werken. Deze krachtige workshop geeft nieuwe inzichten en meer keuzes. Zeker binnen teams is het een goed middel om elkaar positief te verrassen. De deelnemers leren snel schakelen en zetten hun kwaliteiten in voor het gezamenlijke doel, zowel tijdens de workshop als daarna.

**Aanmelden:** <https://my.demio.com/ref/h95JdIDTE4oxZtUV>

### **Solliciteren met video**

Dinsdag 20 april 2021 | 14:00u

Soms zijn beelden krachtiger dan woorden. Videosolliciteren wordt steeds vaker ingezet als (pre)selectiemiddel en we zien dat steeds meer werkgevers hiervan gebruik maken.

Tijdens dit webinar neemt Mariette Schouw je mee in deze ontwikkeling. Tijdens de workshop gaat ze aan de slag met een simpele tool waarmee je jouw persoonlijke video boodschap als aanvulling op je curriculum vitae kunt opnemen.

Na het delen van ervaringen belicht zij de do's en don'ts en geeft ze je alle tips en trics om een optimale video te maken.

**Aanmelden:** <https://my.demio.com/ref/rOW3UQoMa5a17SYv>