



UITNODIGING Preventiedag 4 december 2019

Dit jaar staat de Preventiedag geheel in het teken van het ESF project over Duurzame inzetbaarheid: Sterk aan het stuur. Met het project willen we de gezondheid en vitaliteit van werknemers bevorderen en zorgen voor behoud van medewerkers. Tijdens deze dag presenteren we de beschikbare inzetbaarheidsinstrumenten die de tour- en taxisectoren gratis aanbieden aan medewerkers, werkgevers en bedrijven. Deelname aan de Preventiedag is gratis. Bent u er ook bij?

Voor wie

De Preventiedag is interessant voor werkgevers, preventiemedewerkers, P&O'ers, KAM-medewerkers, leidinggevenden, leden van een personeelsvertegenwoordiging, etc. uit de touringcarbranche én de taxibranche.

Programma

Er is gekozen voor een ('filemijgend') middag-/avondprogramma van 14.00 tot 20.00 uur met een eenvoudige maaltijd.

Datum: woensdag 4 december 2019

Inloop: 14:00 – 14:30 uur

Plenair programma: 14:30 – 15:45 uur

Pauze: 15:45 – 16:00 uur

Workshopprogramma:

Ronde 1: 16:00 – 17:00 uur

Ronde 2: 17:00 – 18:00 uur

Diner: 18:00 – 19:00 uur

Ronde 3: 19:00 – 20:00 uur

Einde/netwerkborrel: 20:00 uur

Plenair programma

Aan het begin van het programma besteden we aandacht aan de volgende onderwerpen:

1. Inleiding/actualiteiten Tour/Taxi

2. Uitleg project Sterk aan het stuur (door SFT/FSO)

3. Introductie Quickscan (door Linxx)

De opzet van het programma heeft een informatief karakter, maar biedt daarnaast ook voldoende ruimte voor het uitwisselen van ervaringen met andere collega deelnemers. Kortom, echt een bijeenkomst die u niet mag missen!

Workshops

Iedere deelnemer kiest **drie** van de vijf workshops die worden gegeven. De workshops gaan over de volgende onderwerpen:

Workshop 1:

Sterk in arbeidstijden (Ergonomisch plannen) door Syntro

Om medewerkers en hun leidinggevenden meer bewust te maken van hun eigen invloed op hun duurzame inzetbaarheid in combinatie met onregelmatig werk, organiseren we workshops over roosterergonomie en wat medewerkers zelf kunnen doen om zo gezond mogelijk te blijven terwijl ze onregelmatig werken. Onze eigen ritmiek, voeding, slaap en beweging in relatie tot arbeidstijden zijn belangrijke onderdelen van de workshop. Het doel is om het gesprek tussen medewerkers te faciliteren en de bewustwording van duurzame inzetbaarheid vergroten. Tijdens deze workshop ontvangt u diverse tips voor het professionaliseren op het gebied van duurzame inzetbaarheid en personele planning.

Workshop 2:

Werken aan sterk werkgeverschap door Menszaken

Een tekort aan personeel, medewerkers die uitvallen terwijl vacatures met moeite vervuld worden...herkenbaar? Meer dan ooit is het van belang om de mensen waar uw vervoersbedrijf op draait aan boord te houden. En dan wel gemotiveerd en gezond. Als leidinggevende heeft u hierin een beslissende rol. Organisaties bestaan uit mensen, zij vormen het grootste kapitaal binnen uw bedrijf. Tijdens deze workshop wordt nader ingezoomd op leiderschap binnen de organisatie.

Workshop 3:

Fit op de Rit (vitaliteitsworkshop) door Peer Vos

Veel medewerkers hebben een ongezonde leefstijl. In een workshop gaan we in op de invloed van: Bewegen, Roken, Alcohol, Voeding en Ontspanning (BRAVO) op je gezondheid. In een interactieve workshop behandelen we de invloed van je leefstijl op je gezondheid. Net zoals je de taxi of bus zo lang mogelijk in bedrijf wilt houden, geldt dat ook voor je lichaam.

Workshop 4:

Stressmanagement door Adaptics

Het doel van deze workshop is om deelnemers de relevantie van ontspanning te laten ervaren. U leert het nut van spanning (stress) vs. ontspanning en u leert manieren om beter te ontspannen zodat u meer energie overhoudt gedurende de dag. Waarom is het van essentieel belang om u goed te kunnen ontspannen? Hoe kan het dat sommigen bij het minste of geringste in de stress schieten en anderen onder grote druk nog prima functioneren? Hoe ontspant u nou eigenlijk? Wat moet u dan precies wel of niet doen?

Workshop 5:

Arm voor één dag (budgetcoaching) door Nibud

Tijdens deze serious game beleeft u zelf hoe snel een huishouden in de financiële problemen kan komen en welke stress dat veroorzaakt. Rekeningen stapelen zich voor uw neus op, schuldeisers en deurwaarders hijgen in uw nek. Tijdens deze serious game kruipt u in de huid van een echtpaar dat financieel stabiel lijkt. Door een ongelukkige samenloop van alledaagse omstandigheden verandert hun leven enorm. Dankzij de simulatie ervaart u de stress van degene die dit overkomt.

Datum en locatie

De Preventiedag vindt plaats op:

- woensdag 4 december 2019: **Landgoed de Horst in Driebergen**

Aanmelden

Wilt u er graag bij zijn? Dan kunt zich online aanmelden. U kunt uw voorkeur voor drie workshops invullen op het aanmeldformulier. Let op, u geeft slechts uw voorkeur op, wij proberen hieraan tegemoet te komen, maar kunnen dit niet garanderen.

Deelname aan de Preventiedag is gratis. Vol = vol. Schrijf u daarom snel in. Dan weet u zeker dat u er bij bent. Uiterlijk een week van tevoren ontvangt u een bevestiging van uw deelname. Zzp'ers zijn uitgesloten van deelname.

Let op. Mocht u zich aanmelden en onverhoopt toch niet aanwezig kunnen zijn, dan horen wij dat graag zo spoedig mogelijk. Wij kunnen dan een andere deelnemer op de wachtlijst benaderen.