ONDERWERP 17 · DEEL B: MENTALE EN SOCIALE GEZONDHEID

Hersenen verschillen

Een gezond brein opent deuren naar creativiteit, verbinding en een leven vol mogelijkheden.

Hoofdstuk 17 · Kenniskaart 17 · Prikkelposter 17 · Presentatie 17

De kern

Onze hersenen blijven levenslang aanpasbaar: mentaal, fysiek en sociaal actief blijven, werkt versterkend. Iedereen verwerkt informatie en prikkels anders en dat vraagt een open, respectvolle blik in plaats van een etiket.

Onderwerpbericht en prikkel

Openingszin bij de start Ieder brein werkt anders: in tempo, in het verwerken van prikkels, in de manier van leren. De komende weken ontdekken we hoe die verschillen ons werk en onze samenwerking rijker maken.

Prikkel halverwege Waardoor raak ik snel overprikkeld? En wat helpt mij op zo'n moment?

De organisatie doet mee: kies wat passend is

	Initiatief
☐	Duidelijke communicatie als teamafspraak: een agenda vooraf, één kanaal per onderwerp, korte en concrete berichten.
☐	Een prikkelarme werkplek inrichten: een stille zone, minder lawaai in open ruimtes.
☐	Een leerimpuls per maand: een kort moment waarop een collega kennis deelt met andere collega's.
☐	Flexibiliteit in werkvorm waar het kan: thuiswerk, aangepaste uren of een andere werkplek voor wie zo beter functioneert.

ONS INITIATIEF (WAT, WIE, WANNEER)

AANGEKONDIGD VIA / OP

