

Hoe groen is het gras bij de burenen?

Loopbaan 4daagse

11 t/m 14 april 2016

Wil je weten hoe het is om te werken voor een andere organisatie in Enschede en omstreken?

Werk je bij Medisch Spectrum Twente, Saxion, ROC van Twente, UWV of Universiteit Twente? Wil je inspiratie opdoen voor je eigen ontwikkeling of loopbaan? Kom dan naar de Loopbaan4daagse van maandag 11 april tot en met donderdag 14 april 2016.

Tijdens deze dagen kun je een kijkje in de keuken nemen bij andere organisaties om te zien of het gras groener is bij de burenen! Elke dag wordt er een aantal workshops en bijeenkomsten georganiseerd, deelname is geheel vrijblijvend en kosteloos.

Interesse? Meld je dan uiterlijk donderdag 31 maart 2016 persoonlijk aan, door een mailtje te sturen naar loopbaan4daagse@rocvantwente.nl. Geef daarbij aan welke workshop je wilt volgen.

12.00 - 13.30 uur
ROC van Twente
Fit in je loopbaan

Maandag
11
april

Laat je meenemen in het versterken, vergroten en vermeerderen van het positieve! In deze presentatie krijg je een indruk van het programma 'Fit in je loopbaan'. We laten op een praktische wijze zien hoe wij dagelijks bijdragen aan een Gezonde School, waarbij we zelfs een pluim hebben gekregen voor ons gezonde personeelsbeleid van de vitaliteitsorganisatie Bewegen Werkt!.

15.00 - 17.00 uur
Universiteit Twente
Authentieke kracht

Wij zijn allemaal een heel eind gekomen in onze carrière door ons aan te passen aan alles wat onze omgeving van ons vraagt (ouders, collega's, wensen van leidinggevenden, werkwijze en doelstellingen van de organisatie). Het is dikwijls goed om je aan te passen. Dit heeft je namelijk mede gebracht waar je nu staat.

Maar er komt ook altijd een moment in je leven dat deze aanpassing je meer kost dan dat het je oplevert. In deze interactieve inspiratiesessie leer je te vertrouwen op je eigen authentieke kracht. Op deze wijze kun je vanuit zelfinzicht, positiviteit, bevoegdheid en vertrouwen nieuwe keuzes maken. Keuzes die je nóg meer opleveren...!

12.00 - 13.30 uur
Universiteit Twente
Je loopbaan als verhaal - Proeverij van storytelling in je loopbaan

Dinsdag
12
april

Laat je je meenemen in de veranderingen om je heen of koers je zelf? Wie zijn loopbaan als verhaal beschouwt, schrijft ook zelf zijn volgende hoofdstuk.

In deze proeverij maak je kennis met de snelle en bijna magische manier om je loopbaanverhaal te herschrijven en daarmee nieuw perspectief te vinden. Je kijkt en oefent met een onderdeel om zelf de impact te ervaren.

16.00 - 17.30 uur | MST
Hartcoherentie

Veelal combineer je werk met je gezin, studie, mantelzorg, vrijwilligerswerk, sport en/of andere activiteiten. Dat vraagt veel van je. Soms heb je het gevoel dat je "geleefd" wordt. Je merkt dat je vermoeid bent en de balans in je leven zoek is. Door hartcoherentie leer je ademhaling en hartslag beter in balans te brengen, wat leidt tot een gevoel van rust en ontspanning. Tijdens deze korte workshop krijg je informatie over deze techniek en ga je concreet met oefeningen aan de slag.

12.00 - 14.00 uur | UWV
Goed voorbereid van start

Woensdag
13
april

Wil jij jouw dromen waarmaken en een bedrijf starten? Een eigen bedrijf runnen is spannend, uitdagend en vooral leuk! Maar een goede voorbereiding is van groot belang. Deze oriëntatieworkshop door ROZ (Regionale Organisatie Zelfstandigen) is een uitstekende eerste stap richting ondernemerschap. Je krijgt inzicht in wat er bij het starten van een eigen bedrijf komt kijken en wat het ROZ hierbij voor jou kan betekenen.

12.00 - 13.30 uur en 14.00 - 15.30 uur
Saxion Hogescholen
Mindfulness

Donderdag
14
april

Het ritme van ademhaling is een constante begeleiding in het leven. More mindful betekent meer balans, energie en kwaliteit van leven. Wil jij krachtig en mild in het leven staan, wil je in het 'hier en nu' staan met gerichte niet oordelende aandacht? Wil je rust in je hoofd, meer concentratievermogen, je grenzen bewaken en regie over je leven? Deze workshop omvat een korte introductie, met een praktische inslag. De eerste workshop is van 12.00 tot 13.30 uur, de tweede van 14.00 tot 15.30 uur. Graag aangeven bij de aanmelding naar welk tijdstip je voorkeur uit gaat.

15.00 - 16.30 uur | Saxion / ROC van Twente
Werken als docent

ROC van Twente en Saxion organiseren samen deze workshop. Ben je HBO- en/of Mastergeschoold en ben je benieuwd naar het docentschap? Tijdens een interactieve bijeenkomst maken we nader kennis met elkaar en verkennen we de mogelijkheden om bij het ROC van Twente of Saxion aan de slag te gaan. Ook vertellen een ROC- en Saxiondocent alles over hun baan en kun je al je vragen stellen.

16.00 - 17.30 uur | MST
Hospitality

MST heeft een nieuw ziekenhuis gebouwd en wil binnen de muren van dit prachtige gebouw de patiënten optimaal verzorgen tijdens hun verblijf. Hiervoor is het hospitality concept ontwikkeld, waarbij de wens van de patiënt centraal staat. De service van de medewerkers van MST draagt daaraan bij op het gebied van voeding en dienstverlening. MST heeft een uniek voedingsconcept waarbij de patiënt bepaalt wanneer, waar, wat en met wie hij of zij eet. De patiënt heeft zoveel mogelijk de eigen regie tijdens het verblijf. Graag vertellen wij hoe we dit concept hebben neergezet, hoe het tot dan toe wordt ervaren en hoe je zelf met hospitality om kan gaan. Zo mogelijk sluiten we af met een kijkje in onze decentrale keuken(s).

**Aanmelden? Mail uiterlijk 31 maart naar:
loopbaan4daagse@rocvantwente.nl**