

Van (werk)druk naar meer geluk





Van (werk)druk naar meer geluk

Je wilt met nog meer plezier naar je werk en naar huis gaan. Je wilt gelukkiger worden. Meer geluk is meer plezier, een hogere productiviteit en wellicht een langer leven zonder klachten.

Programma

- 0-meting
- Hoe werkt ons lichaam?
- Wat is een burn-out en hoe herken je de 12 stadia?
- Wat is stress en wat doet het met je?
- Hoe krijg je meer levensvreugde?
- Welke hormonen helpen je hierbij
- Jouw toekomstplan
- Handvatten voor de toekomst

[Klik hier om meer over onze opleidingen te lezen](#)

Na de training ben je in staat om:

- Weet je hoe je lichaam werkt
- Weet je hoe je keuzes maakt
- Weet je hoe je je stress beheerst
- Heb je handvatten gekregen om minder druk te leven
- Heb je de tools in handen om een burn-out te voorkomen

De training kent een prettige afwisseling tussen theorie, onderzoek en praktisch oefenen, zodat je concreet weet hoe je het geleerde de volgende dag in de praktijk toe kunt passen.

Opleidingsniveau

MBO

Investering

De investering voor deze opleiding is €400 excl. Btw

Dit is inclusief: locatie, koffie, thee en lesmateriaal

Startdatum

[Klik hier voor actuele startdata of om je in te schrijven](#)

Het is ook mogelijk om een maatwerk/incompany training bij jou op locatie te verzorgen.

We kunnen maatwerk leveren door specifiek in te gaan op jouw situatie en aanwezige kennis.

Bij minimaal 4 deelnemers is maatwerk financieel voordeliger.

for those who make it possible.

Possible is er voor mensen. Niet zomaar mensen, maar vakmensen zoals jij. Professionals die weten waar ze mee bezig zijn, hun vak beheersen en hun taken serieus nemen. Mensen die met hun ervaring, passie en enthousiasme zorgen dat alles goed geregeld is en collega's gewoon hun werk kunnen doen. Je vervult een spilfunctie en wil dit blijven doen. Dat betekent dat je ook vooruitkijkt en wilt blijven leren; in theorie en praktijk. Je vak tot in alle details kennen. Dat doe je echter niet alleen voor jezelf. Maar vooral om anderen meerwaarde te bieden. Dat klinkt allemaal heel eenvoudig, maar het is echt niet altijd vanzelfsprekend. Goede facilitaire professionals gaan hiervoor en krijgen het voor elkaar. De opleidingen van possible helpen je daarbij.

Als praktijkopleider helpt possible vakmensen om zich te blijven ontwikkelen. Niet alleen met het bijhouden en uitbreiden van vakkennis. De impact van onze trainingen gaat veel verder. We willen je inspireren. Dat doen onze docenten met actuele praktijkkennis die je direct in je dagelijks werk kunt gebruiken. Binnen onze opleidingen staat jouw praktijk centraal en dat betekent ook veel ruimte om je eigen vragen en dilemma's in te brengen. Op jouw beurt leer je zo ook veel van de ervaringen van vakgenoten. Zij weten waar je tegenaan loopt en hoe je jouw rol het beste kunt invullen. Possible helpt je niet alleen het beste uit je functie te halen en jezelf continu te verbeteren. Met onze opleidingen kun je iedereen binnen je organisatie nog beter helpen.

En een possible diploma onderstreept dat!

[Klik hier om meer over onze opleidingen te lezen](#)



over onze opleidingen.

Je bent ervaren én bent ambitieus genoeg om je te blijven ontwikkelen. Dan moet een opleiding wel perfect aansluiten bij je dagelijkse werk. Daarom biedt possible een compleet aanbod hands-on vakopleidingen binnen de facilitaire sector. Praktische opleidingen met concrete leerdoelen en een directe link met de praktijk. Tijdens de opleiding krijg je van ervaren docenten de aandacht en ondersteuning die nodig is om nog beter in je eigen vakgebied te worden. Naast theorie en actuele ontwikkelingen, zijn jouw vragen het vertrekpunt voor een persoonlijk leertraject. Verder profiteer je van de kennis en ervaring die vakgenoten in je groep delen. Zo kun je nieuwe inzichten de volgende dag meteen toepassen.

De opleidingen van possible zijn vanuit de praktijk ontwikkeld voor en door professionals. Het aanbod richt zich op Facilitaire vaardigheden, Wonen & Vastgoed Inkoopvaardigheden en Persoonlijke vaardigheden. Om iedereen de kans te bieden een possible opleiding te volgen, organiseren we overal in Nederland opleidingen. Je kunt je inschrijven als het jou uitkomt. Zo is er voor iedereen die beter wil worden in zijn werk een possible opleiding, in de buurt en op het juiste moment. Onze portal biedt een praktisch overzicht van het complete possible opleidingsaanbod. Kies jouw opleiding en zorg dat je alles in huis hebt om je vak prettig uit te oefenen en overal aan de slag te kunnen.

[Klik hier om meer over onze opleidingen te lezen](#)



over facilitaire vaardigheden.

Je bent trots op wat je doet en wat je voor anderen kunt betekenen. Je bent een professionele facilitaire dienstverlener of manager en neemt je vak serieus. En terecht. Daarom wil je ook steeds beter worden en blijven bijleren. Dat is precies wat wij bieden. Onze praktische facilitaire opleidingen zorgen dat jij steeds het beste uit je functie en jezelf haalt. Niet alleen door te luisteren, maar door te sparren met docenten en andere professionals. Zo blijf je koploper in je eigen vakgebied en leg je een stevige basis voor nog meer plezier in je werk. Dat is de beste garantie om anderen altijd op de juiste manier te ondersteunen.

Onze opleidingen zijn afwisselend en praktijkgericht. Natuurlijk praten we je bij over de nieuwste ontwikkelingen en vakgerichte vaardigheden. Daar hoort ook theorie bij, maar daar ligt nooit het accent. We bieden graag meer. Dat doen we met concrete facilitaire kennis die je de volgende dag meteen op de werkvloer kunt gebruiken. Bovendien krijg je alle ruimte om ervaringen met vakgenoten te delen. Hun verhalen zijn een waardevolle bron om je eigen facilitaire kennis uit te breiden en je vak meer inhoud te geven. Met persoonlijke aandacht en training op maat kom je verder in je vak en blijf je groeien, en dat geldt ook voor je collega's.

[Klik hier om meer over onze opleidingen te lezen](#)

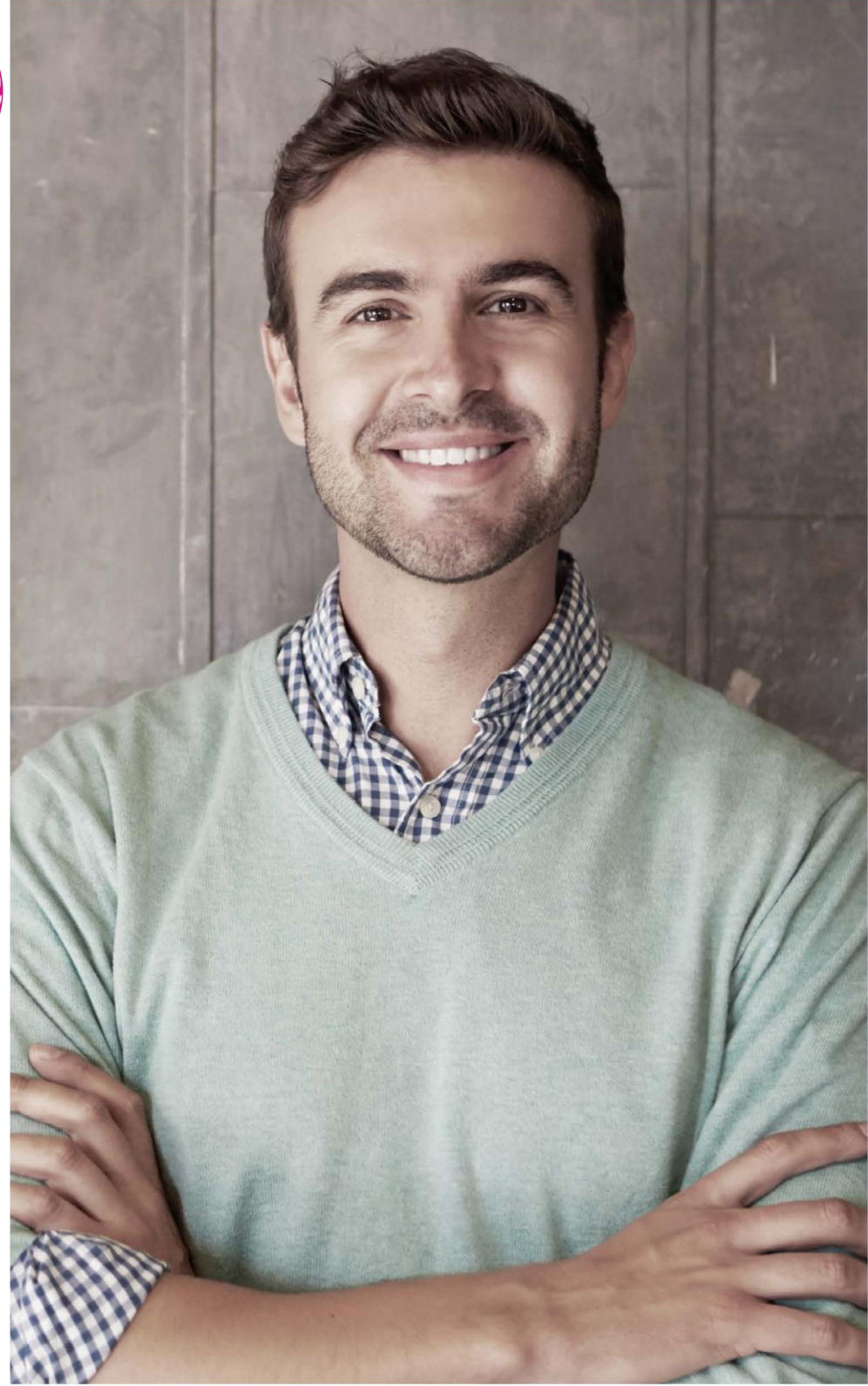


over wonen & vastgoed.

Je gebouw en zijn gebruikers krijgen alle aandacht. Toch wil je zelf ook niet stilstaan. Zeker niet nu veel onderhouds- en service-activiteiten worden uitbesteed. Dat vraagt andere vaardigheden. Om aannemers goed aan te sturen is actuele bouwtechnische kennis onmisbaar. Ook moet je de aanwezige installaties en systemen begrijpen om projectmedewerkers gericht aan te sturen. Toch zijn er ook andere eisen. Er wordt van jou verwacht dat je duidelijke afspraken maakt, de leiding neemt en helder communiceert met alle partijen. Jij bent namelijk verantwoordelijk voor het resultaat: een gebouw waarin iedereen prettig kan werken of wonen.

De Wonen & Vastgoed opleidingen van possible staan middenin de praktijk. Onze vakdocenten praten je volledig bij over gebouwbeheer en (bouw) technische ontwikkelingen. Zo weet je altijd wat er moet gebeuren en kun je duidelijke afspraken over de planning en kosten maken met inkopers en verkopers. Je bent een serieuze sparringpartner voor gebruikers, collega's, management en (onder)aannemers. De combinatie van theorie en praktijk wordt aangevuld met de verhalen van vakbroeders. Met onze opleidingen weet je zeker dat je de verantwoordelijkheid voor jouw gebouw kunt nemen. En alles uit je functie haalt.

[Klik hier om meer over onze opleidingen te lezen](#)



over persoonlijke vaardigheden.

Een positieve bijdrage aan je organisatie leveren, dat is wat je graag wilt. Dat lukt het best als je goed op je plek zit, gewaardeerd bent en uitgedaagd wordt. Dan kun je het best presteren in je eigen rol en heb je zelfvertrouwen. Vanuit dit fundament draag je direct bij aan je eigen succes en dat van je organisatie. Om dat waar te maken is communicatie een belangrijke succesfactor. Om constructief in gesprek te gaan en te blijven, met collega's, managers, klanten of andere relaties, moet je ze leren kennen. Ontdekken wat ze beweegt en vooral ook wat je samen wilt bereiken. Dan weet je namelijk waar jij als teamspeler aandacht aan moet besteden. Ook als het even niet gaat zoals je verwacht of wilt. Dan is het de uitdaging het contact te behouden en te blijven communiceren.

Met praktische opleidingen helpt possible je om effectief te werken en constructief te communiceren. Onze docenten bieden je de handvatten om in gesprek te gaan en doelgericht samen te werken. Je ontdekt bijvoorbeeld hoe je omgaat met bewuste of onbewuste patronen die communicatie en samenwerken in de weg kunnen staan. Met inzichten en tools word je gestimuleerd om jezelf te ontwikkelen. Door te werken met herkenbare situaties kun je nieuwe kennis en vaardigheden ook meteen op de werkvloer inzetten. Je zet stappen in je persoonlijke ontwikkeling. Zo draag je concreet bij aan je eigen werkplezier en aan een positieve organisatiecultuur.

[Klik hier om meer over onze opleidingen te lezen](#)



incompany.

Naast een breed aanbod open opleidingen biedt possible ook maatwerktrajecten. Er zijn zeker gemene delers tussen organisaties, maar toch is elk individu, team of organisatie uniek. Daarom gaan onze opleidingsmanagers graag met je in gesprek om samen te bepalen waar groeiwensen en mogelijkheden liggen. Onze reguliere opleidingen bieden hiervoor een goede basis, maar ook specifieke vraagstukken vertalen we graag naar een training op maat. Samen met onze ervaren docenten stellen we dan een incompany programma samen om de leerdoelen te bereiken. Vanzelfsprekend doen we dat met een afwisselende opleiding waarbij theorie en concrete praktijkvoorbeelden hand in hand gaan.

Onze incompany opleidingen zijn ook zeer geschikt om de onderlinge samenhang en samenwerking tussen medewerkers en in teams of afdelingen te versterken. Mensen willen van nature graag een bijdrage aan de organisatiedoelen leveren. Als ze deze doelen samen bepalen en invullen heeft dit een positieve invloed op de bedrijfscultuur en de productiviteit. Dit vergemakkelijkt de communicatie en samenwerking. Op die manier gaat het effect van onze Incompany training verder dan het overdragen van kennis. Met onze opleidingen op maat creëren we een context die medewerkers uitdagingen biedt en vooral hun werkplezier vergroot. Daar profiteert iedereen van; medewerkers, teams én de organisatie.

[Klik hier om meer over onze opleidingen te lezen](#)



Deze klanten kozen voor possible.

Woningbouwverenigingen

Beter Wonen
De Woonplaats
Leystromen
Parteon
Qua wonen
SWWE
Vivare
Wonen Meerssen
Wonen Noord West Friesland
Woningbedrijf Velsen
Woningstichting Hellendoorn
Woonbedrijf Eindhoven
Woonfriesland
Woonplus

Overheidsinstanties

Gemeente Alkmaar
Gemeente Dronten
Gemeente Rotterdam
GG Drenthe FPK
HvA (Hogeschool van Amsterdam)
HKU (Hogeschool voor de Kunsten Utrecht)
MBO Utrecht
Ministerie van Infrastructuur en Milieu
NHL Leeuwarden
Politie landelijke eenheid
Provincie Zeeland
Rijksuniversiteit Groningen
Staatsbosbeheer
UWV
Werkorganisatie Duivenvoorde

Bedrijven

Amaris Zorggroep
APCOA PARKING Nederland B.V.
Adviesbureau Bongers & Jansen
AMCS
AVANS
BETA
Bouwpaco Packaging Equipment B.V.
Certe
CZ
DFDS Seaways B.V.
DSP
Enshore
Evides
Freshheads
GLT-plus
Grote Clubactie
Haeghe Groep
Hessing BV
Hoeflake Infratechniek BV
Hulpmiddelencentrum
Jens Beenhakker
Knippenborg Subsidieadvies B.V.
Land van Horne

Lelie Zorggroep
Lighting Controls B.V.
Matchability
Menzis
Noordwest Ziekenhuisgroep
NVM
P&P Projects B.V.
Rabobank Noordwest Friesland
Relined B.V.
ROC Horizon College
Smurfit Kappa
Svizera Europe B.V.
Tante Louise
TBP Electronics
TOMRA Systems B.V.
TVM verzekeringen
Van Leeuwen Buizen Groep B.V.
Van Voskuilen Woudenberg B.V.
Vistaprint
Welzijn West Betuwe
Zorgcentrum St Elisabeth
Zorgspectrum

possible.

opleidingen & training



contact

Frans Halslaan 20,
9581 EW Musselkanaal

T 085-750 02 95

E info@possible-opleidingen.nl

[Klik hier om meer over onze opleidingen te lezen](#)

