



ZEGG Business@your organization ADVIES

Werkbaarheidscheques voor subsidie

Voor bedrijven en organisaties die

- willen groeien
- zorg dragen voor hun personeel
- streven naar veerkrachtig en gemotiveerde werknemers
- geloven in het proces van lichaam en geest
- geloven in elk individu en in elk team

‘Voor een blijvende verandering, groei en motivatie is er een proces nodig.’



Kick-off

Een kick-off is vrijblijvend en kan gaan van een voorstelling van ZEGG tot deelname aan een teambuildingsdag door ZEGG.

Vanaf dit moment weten medewerkers wat het opzet is van jullie bedrijf of organisatie met ons traject.

Onze ervaring leert dat mensen door deze eersten trigger al zelfbewuster worden.

Bevraging

Door een systemische bevraging brengen medewerkers of een team zelf in kaart waar hun noden liggen om op in te zetten. Dit kan door middel van een digitale bevraging of het ZEGG@work spel.

De **digitale bevraging** is individueel en richt zich op de 5 A's;

Door middel van deze bevraging is het bedrijf wettelijk in orde. (? Grietje of ze nog ziet zitten)



Het **ZEGG@work spel** brengt op een ludieke manier van een 2 tal uur de noden van een team (max 12 personen) of van leidinggevende in kaart.

Onze ervaring: teamgenoten vinden het ZEGG@work spel leuk en vernieuwend. 'de zaken worden benoemd en naar boven gehaald'.

Analyse & advies

De analyse van het proces gebeurt achter de schermen. Op basis van de bevragingen en onze eerste observaties bespreken we multi-disciplinair wat de noden zijn. De noden worden gekoppeld aan de 5 pijlers voor een algemeen welbevinden op het werk:

- Verbondenheid
- Balans
- Fysieke en mentaal welbevinden
- Bewustwording
- Ontwikkeling



Vervolgens wordt voorgesteld en besproken met de leidinggevende en worden acties gekozen. De acties zullen bestaan uit trajecten waarbij we bekijken wat voor het bedrijf en de medewerkers haalbaar is

Actie



We zetten in op de organisatie, de teams en/ of het individu. Voor het individu kunnen we terug beroep doen op het eerste onderdeel.

- Algemene kennismaking met stressignalen:
 - Lezingen (stresspreventie, bewustwording, stellen van doelen, zelfzorg, ...)
 - Managementtraining rond herkenning en aanpak van stress
 - Workshops ademhaling, slaap, voeding, beweging, time-management, stress...
 - ...

- Teamprocessen:
 - Inzicht in elkaars gedrag, communiceren met elkaar (mapstell)
 - Doelen, passie, missie van een team optimaliseren en proces tot uitvoering begeleiden
 - ...

- Teamtrainingen:
 - hartcoherentie
 - faalangst
 - assertiviteit
 - mindfulness
 - ...

Groeimomenten

Nieuwe vaardigheden leren, kennis opdoen, ... vraagt om een leerproces. Wij geloven in dit proces om echte verandering te kunnen maken. We spreken steeds samen af hoe we het groeimoment kunnen invullen. We werken een traject uit op maat.

Een training is max 12 personen

Workshop is max 20 personen

Na workshop of training vragen we aan de organisatie om voor 5 personen individuele sessie te voorzien.