



Samen slaan we ons er doorheen

Het zijn vreemde tijden. De komende weken zijn veel mensen aan huis gekluisterd en samen proberen we er het beste van te maken. Eenvoudig is het allemaal niet. Er is veel onzekerheid, onze sociale contacten worden tot een minimum beperkt en het is een uitdaging om 'gewoon' te blijven werken.

We denken dat de GoodHabitiz-trainingen erg bruikbaar zijn voor iedereen die thuis zichzelf wil (blijven) ontwikkelen. Diverse organisaties klopten deze week bij ons aan met de vraag: hoe kunnen jullie trainingen ons helpen? De onderwerpen die juist nú van belang zijn, hebben we daarom voor je uitgelicht. Met daarbij een suggestie voor communicatie.

Een andere manier van samenwerken.

Even samen zitten is er niet meer bij. Dat betekent veel bellen, appen of online vergaderen met je collega's. En een luisterend oor kan veel steun bieden aan juist die groep collega's. Deze titels helpen je:

- [Online \(samen\)werken](#)
- [Overstappen naar Office 365](#)
- [Sociale intelligentie](#)
- [Verwachtingen managen](#)



Fysiek en mentaal topfit.

De sportscholen zijn gesloten en het advies luidt binnen te blijven. Maar fit zijn en blijven heeft juist nu onze hoogste prioriteit. Blijf vitaal met de volgende titels:

- [Vitaliteit](#)
- [Lekker in je vel](#)
- [De kracht van slaap](#)
- [Grip op je leven, rust in je hoofd](#)



Piekermodus uit.

Blijf positief en energiek. Dan is er minder ruimte voor zorgen. Wissel geconcentreerd werken af met rust en ontspanning. Deze trainingen helpen je daarbij:

- [Stress is fijn](#)
- [Optimisme voor beginners](#)
- [Mindfulness](#)
- [Game on!](#)



Zelfreflectie en veerkracht.

Je bent nu even iets meer op jezelf aangewezen. Hoe sla je je hier doorheen? Wat doet het noodgedwongen 'terugschakelen' met je? En hoe haal je toch het beste in jezelf naar boven? Haal je voordeel uit deze trainingen:

- [Test jezelf](#)
- [Eigenaarschap](#)
- [Mentale kracht](#)

Het perfecte startpunt

Ga je liever met een andere training aan de slag, maar kun je wel wat advies gebruiken? Doe de GoodScan. Met deze zelftest kom je erachter hoe je het liefst leert, waar je kwaliteiten en groeikansen liggen én welke trainingen jou op het lijf geschreven zijn.

[Doe de GoodScan](#)

Breng je collega's op de hoogte

We hebben een aantal middelen voor je klaargezet, zodat je ook je collega's kunt attenderen op de GoodHabitZ-trainingen. Via onderstaande button vind je ondersteunende afbeeldingen, die je met bovenstaande tekst bijvoorbeeld op intranet kunt plaatsen. Ook in de Promo Studio vind je een campagne genaamd 'Samen slaan we ons er doorheen' waarmee je trainingen onder de aandacht brengt.

[Ondersteunende afbeeldingen](#)

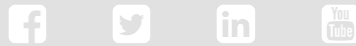
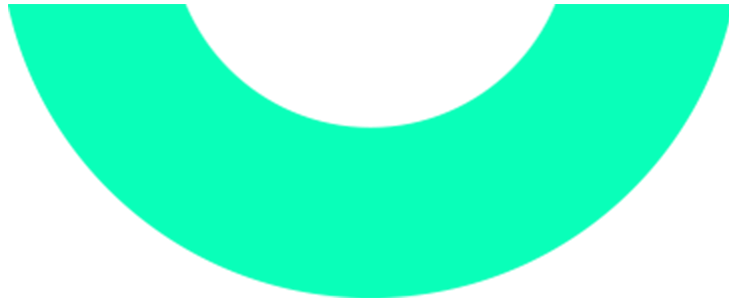
[Promo Studio campagne](#)

Vragen of behoefte om even te sparren?

Neem contact op met je coach. Het zijn bijzondere en soms moeilijke tijden, maar optimisme overwint. Samen slaan we ons er doorheen.

Succes en alle goeds,

Team GoodHabitz



Copyright © 2020, All rights reserved.

Our mailing address is:
info@goodhabitiz.com

[Uitschrijven.](#)