



Ondernemerschap: het andere alternatief!

Trainster: Erica van Engel

Vrijdag 2 februari

13.00 - 16.00 uur

Vakbondsgebouw Rotterdam

Pegasusweg 200

3067 KX Rotterdam

Maximaal aantal deelnemers per workshop: 12

Wil jij als vrouw economisch zelfstandig zijn en je eigen inkomen genereren? Je kunt dat inkomen halen uit werk in loondienst, maar vaak is ondernemerschap een goed alternatief. Je kunt meerdere redenen hebben om te gaan ondernemen. Zo kan het zijn dat je je eigen droombaan wilt creëren, dat je een gat in de markt hebt ontdekt, je vanuit huis je bedrijf wilt opstarten omdat je opgroeiende kinderen hebt of dat je gewoon meer voldoening en vrijheid in je werkt zoekt.

Maar wat komt er allemaal bij ondernemerschap kijken en is het wel echt iets voor jou?

De workshop "Ondernemerschap, het andere alternatief" is speciaal ontwikkeld voor vrouwen die overwegen om voor zichzelf te beginnen.

De workshop bestaat uit drie delen. Het eerste deel is een korte presentatie over ondernemerschap door vrouwen. Tijdens deze presentatie zullen de voor- en nadelen van een eigen bedrijf worden benoemd. Het tweede deel is een korte oefening om te ontdekken of ondernemerschap ook voor jou het andere alternatief is. Er is hier ruimte voor persoonlijke feedback en interactie. Ter afsluiting krijg je een aantal tips & tricks mee voor verdere oriëntatie en voorbereiding op de start.

In korte tijd leer je iets over ondernemen, maar ook over jezelf. Je wordt aangezet om goed na te denken of en hoe jij van start moet gaan of juist niet. De sessie zet je in ieder geval in beweging. Eerdere deelnemers zagen de workshop als een echte eyeopener en inspiratiebron. Het is zelfs voorgekomen dat deelnemers hun eerste klanten uit de workshop haalden.

De workshop wordt verzorgd door Erica van Engel. Zij heeft jarenlange ervaring als zelfstandig ondernemer, ondernemerscoach en is lid van de Regioraad van de Kamer van Koophandel Zuid-West.



Personal branding: Maak jezelf onweerstaanbaar!

Trainster: Chantal Samson

Woensdag 14 februari

10.00 - 13.00 uur

Vakbondsgebouw Amsterdam

Derkinderenstraat 2

1062 DB Amsterdam

"Worstel jij er ook al een tijd mee dat het je maar niet lukt om helder en duidelijk te vertellen: wie je bent, wat je doet en wat je wil bereiken? Maak jezelf dan onweerstaanbaar en doe op Valentijnsdag 2018 (woensdag 14 februari) mee met de Personal Branding workshop van FNV Vrouw!

Leer tijdens deze workshop hoe je, op een manier die bij jou past, krachtig kunt vertellen wie je bent en waar je voor staat. Je zult merken dat je beter begrepen wordt en makkelijker aantrekt wat je wil hebben (een – nieuwe- baan, meer klanten, andere opdrachten en meer), als je de wereld durft te laten zien wie jij echt bent. Dus doe mee, oefen, ontvang tips & tricks en maak jezelf klaar om de wereld te bestormen.

Gun jij jezelf dit Valentijnscadeau? Wacht dan niet en schrijf je vandaag nog in want er is plaats voor maximaal 12 vrouwen.

Deze workshop wordt verzorgd door Chantal Samson. Zij heeft ruime ervaring in marketing en communicatie en is nu ondernemer, trainer en coach. Zij geeft trainingen bij grote organisaties en bureaus (waaronder HvA en Van Ede & Partners).



Floreren in je werk

Trainster: Maïa van der Meer, Boost Your Happiness

Vrijdag 23 maart

9.30 - 12.00 uur

Vakbondsgebouw Utrecht

Varrolaan 100

3584 BW Utrecht

Is jouw werk energiegevend of energievretend? Soms maakt een kleine wijziging in perspectief een wereld van verschil. Soms is een rigoureuze ommezwaai nodig. Altijd geldt: om te floreren in je werk, moet je zien waar jouw geluk in zit en hoe dat zich laat vangen.

In deze interactieve bijeenkomst neemt Maïa van der Meer je mee langs een scala aan wetenschappelijke kennis op zoek naar werkgeluk. Je leert meer over componenten die bijdragen aan een florerend leven en hoe je daar in kunt sturen. Theorie en praktijk sluiten zo naadloos op elkaar aan.

Maïa van der Meer is oprichtster van Boost Your Happiness, een trainingsbureau dat mensen en organisaties laat floreren. Met kennis uit de positieve psychologie, interventies uit het oplossingsgericht coachen en inzicht in hun KernTalenten geeft ze mensen de handleiding voor een optimaal leven. Organisaties begeleidt ze in hun transitie naar betekenisvol werken. Een organisatie gericht op betekenis en motiverend leiderschap zet het welzijn van hun werknemers centraal. Gelukkige werknemers zijn gezonder, productiever, innovatiever en meer betrokken.



Omgaan met feedback, met open hart en open mind

Trainster: Marga Wijman

vrijdag 8 juni

10.00 tot 13.00 uur.

Vakbondsgebouw Amsterdam

Derkinderenstraat 2

1062 DB Amsterdam

Het geven van feedback is iets dat veel mensen stiekem liever vermijden. Want hoe zal de ander het oppakken? Feedback krijgen is ook niet altijd gemakkelijk, het wordt vaak ervaren als kritiek. Wanneer je oog hebt voor de onderlinge relatie, en met een open mind en open hart kunt luisteren en spreken, wordt feedback een cadeau: een mogelijkheid om van elkaar te leren en te groeien.

In deze workshop onderzoek je vanuit welke innerlijke laag je feedback kunt geven en ontvangen. Spelen emoties de hoofdrol? Of zit je in je hoofd en zoek je vooral een snelle oplossing? Welke rol speelt je hart? Je ontdekt welke keuzes je hebt bij omgaan met feedback. Ook is er aandacht voor woordgebruik en lichaamstaal.

Deze training wordt verzorgd door Marga Wijman. In haar trainingsbureau Mind4Energy begeleidt zij op heldere en bezieldere wijze mensen bij het ontwikkelen van persoonlijk leiderschap in hun loopbaan en communicatie.