

# Duurzame inzetbaarheid

In de training 'Regisseren van je eigen duurzame inzetbaarheid' leer je hoe je je eigen inzet kunt managen op een manier die bij jou als mens en bij jouw ontwikkelingsproces als professional past.



# Opbouw programma

## Het programma is als volgt opgebouwd

- Intakegesprek waarin je persoonlijke achtergrond, je kennis en motivatie besproken worden en je voor jezelf persoonlijke ontwikkeldoelen vastlegt
- 4 praktijkdagen met collega's uit diverse organisaties (maximaal 12 deelnemers)
- 1 borgingsgesprek

## Gedurende deze trainingscyclus

- Word je je bewust van de verschillende factoren die invloed hebben op jouw eigen duurzame inzetbaarheid
- Krijg je inzicht in jouw keuzepatronen tot nu toe en het effect hiervan
- Leer je hoe je een persoonlijke koers kunt bepalen in de omgang met jouw tijd en eigenheid
- Leer je welke zelf-regisserende vaardigheden je in kunt zetten om hier meer grip en balans in te kunnen ervaren
- Train je deze vaardigheden om zo zelf in the lead te blijven op een manier die bij je past
- Kun je op professionele wijze je 'zelfzorg' evalueren (op inhoud) en reflecteren (op houding en gedrag)
- Leer je hoe je het geleerde in je dagelijkse praktijk kunt borgen

**Deelnemerskosten:** €1.500,-

**Locatie:** herenboerderij de Bunker in Valkenswaard

**Data:** 8 en 29 november 2023 en 17 januari en 7 februari 2024

**Aanmelden intakegesprek:**  
[info@decoachtrain.nl](mailto:info@decoachtrain.nl)

Deze training is ook in-company af te nemen of individueel geheel online te volgen met persoonlijke begeleiding van een van onze coaches. Informeer naar de tarieven hiervoor.

