



HORSE ACT

AWARENESS, COACHING & TRAINING



Voor werkgevers

HORSE ACT

Loopbaanbegeleiding met paarden

voor preventie van Burn-out en Bore-out

Merk je dat werknemers vaak vermoeid en uitgeblust zijn op het werk? Of geraken ze niet vooruit en lijkt het op verveling?

Misschien zijn ze wel op weg naar een burn-out of bore-out. Beide vertonen vergelijkbare symptomen, maar hebben verschillende oorzaken.

Een burn-out ontstaat door overbelasting, terwijl een bore-out het gevolg is van onderbelasting en een gebrek aan uitdaging.

Dergelijke situaties kunnen leiden tot ernstige werkstress en hebben een negatieve impact op de bedrijfscultuur, het mentaal welzijn en prestaties op het werk.



JEZELF LEREN KENNEN
MET DE HULP VAN PAARDEN

WERKBAAR WERK

36% van de Vlaamse werknemers heeft
af te rekenen met problematische
werkstress

**Voorkom werkverzuim en zet in op
jobkwaliteit, de belangrijkste factor
voor duurzame inzetbaarheid.**

Preventie is de sleutel

Inzetten op werkbaarheid houdt de algemene bedrijfscultuur gezond.

Het voorkomen van dergelijke stressgerelateerde problemen is cruciaal, zowel voor werknemer als werkgever.

Gelukkig biedt loopbaanbegeleiding een effectieve preventieve maatregel. In Vlaanderen hebben alle werknemers recht op 7 uur loopbaanbegeleiding om de 6 jaar.

Stimuleer je mensen om hier gebruik van maken. De kostprijs voor deze 'cheques' is slechts 90 euro voor 7 uur aan individuele begeleiding.

Christa Poosen, erkend loopbaancoach en Horse Act Instructor, biedt loopbaanbegeleiding met paarden aan voor preventie van burn-out en bore-out.



Loopbaanbegeleiding

Ja met paarden!

Loopbaanbegeleiding met paarden is een veilige manier om, samen met deze bijzondere dieren, de loopbaan van je werknemer op een unieke manier in kaart te brengen en te (her)evalueren wat écht gelukkig maakt.

Loopbaancoach Christa neemt hen mee op zoek naar verborgen passies, talenten en vergeten doelen. Ze schenkt ook aandacht aan energiedosering, grenzen durven stellen en een gezonde balans vinden tussen werk en privé.

Het werken met paarden zal je werknemers helpen om zicht te krijgen op hun persoonlijke kwaliteiten en valkuilen. Dit levert een positieve bijdrage aan de motivatie en jobvoldoening van je werknemer in zijn/haar werk.

Een beter begrip over persoonlijke energieverliezen maakt dat werknemers beter gaan functioneren in hun werkomgeving. Het helpt om burn-out of bore-out te voorkomen en het mentale welzijn van teamleden te verbeteren.

Loopbaanbegeleiding met paarden is geschikt voor alle werknemers, ongeacht functie of achtergrond. Het enige wat nodig is, is een open houding en een bereidheid om te leren. Het is een unieke en effectieve manier van coachen waarbij de natuur, het paard en persoonlijke ontwikkeling centraal staan.

Neem contact op met onze loopbaancoach voor meer informatie over deze aanpak. Samen werken we aan een duurzame en bevredigende loopbaan.

Voor wie ?



De locatie - stiltehoeve Hof van 't Rommersum

't Rommersum is een veilige omgeving waar mensen en paarden in alle sereniteit zichzelf kunnen zijn. De ervaren coaches van Horse Act organiseren er alle activiteiten samen met een bijzondere familie van negen unieke paarden.

Vrijblijvend contact opnemen

HORSE ACT vzw

Kruisveldstraat 2, 3440 Zoutleeuw

www.horse-act.be | christa@horse-act.be

<https://www.vdab.be/orienteren/loopbaanbegeleiding>