



Workshop

Hoe goed zorgt de dokter voor zichzelf?

VITALITEIT
PERSOONLIJK LEIDERSCHAP
ZELFCOMPASSIE
MEDITATIE





Workshop zelfzorg voor artsen

- HOE GAAT HET EIGENLIJK MET MIJ?
TIME OUT/TUNE IN MEDITATIE
- VITALITEIT CHECK
WAT GAAT GOED EN WAT KAN BETER?
- ZELFCOMPASSIE: 'ALS JE GOED VOOR JEZELF ZORGT
KUN JE BETER VOOR ANDEREN ZORGEN'
- BALANS WERK EN PRIVÉ
- HERKENNING EN UITWISSELING
- BOEKENTIPS EN LUISTERTIPS



NAAR HUIS MET EEN CONCRETE ACTIE

DEZE WORKSHOP WORDT GEGEVEN DOOR
SANNE DE LAAT
ARTS M+G EN PRAKTIJKOPLEIDER

Voor vragen mail s.de.laat@ggdhvb.nl

