

Mindfulness op de werkvloer ja of nee?

We moeten onze tijd en energie aan iets anders besteden.



www.suusvandenakker.com

Mindfulness verbetert je immuunsysteem

ik ben immuun voor m'n manager geworden!



www.suusvandenakker.com

Meditatie op het werk



www.suusvandenakker.com

Leren Loslaten was nog 't makkelijkste van de cursus!



www.suusvandenakker.com

Jeugdzorgwerker in identiteitscrisis

WIE BÉN ik?!

Zeg kunnen we 't nou héél ff over mij hebben?!



www.suusvandenakker.com

Weér een tevreden Mindfulnesscursist!

Dat noemen wij 'De Grijs van Chris Grijs'!



www.suusvandenakker.com



www.suusvandenakker.com

Vitaliteit voor de zorg

Wat is er met HAAR?!

Die is na z'n mindfulnessstraining 'n beetje té vitaal geworden...

maar, TEVREDEN is ze wél!



www.suusvandenakker.com

Kijken naar de cijfers bij Jeugdzorg

We krijgen in ieder geval te maken met krimp...



www.suusvandenakker.com

Mindfulness op het werk?

min mind is al full genoeg!!!  
Jk moet nog dit doen...  
en dat...  
en dat...  
en dat...



www.suusvandenakker.com

ik combineer mijn mindful yoga-oefeningen met het beantwoorden van mijn mailtjes!

scheelt weer vakantiedagen!



www.suusvandenakker.com