

Van 15 tot en met 19 november 2021 vindt de Week van de Werkstress plaats. Deze week wordt op verzoek van het ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid jaarlijks door OVAL georganiseerd. Doel is om werkenden en werkgevers bewust te maken van hun eigen verantwoordelijkheid en de mogelijkheden om serieus werk te maken van mentale kracht.

Gimd organiseert in de week van de werkstress diverse activiteiten. Volg ons via [LinkedIn](#) of bekijk hier het volledige programma.



Programma

Week van de werkstress
week 46 - 15 t/m 19 november

Elke dag een quote met een opdracht. Volg ons op LinkedIn.

Maandag 15 november:
Podcast Mentaal Sterk is te beluisteren via onze website.

Dinsdag 16 november:
Fotochallenge. Deel je meest stressvolle of meest relaxte werkmoment via LinkedIn. Maak kans op een wellnessbon t.w.v. € 100,00.

Woensdag 17 november:
Van 12.30 - 13.00 uur is er een gratis inspiratiesessie door Eva Joanne Kooijman. Meld je aan via de [link](#) op onze website.

Donderdag 18 november:
Opiniepeiling over werkstress. Doe mee via LinkedIn.

Vrijdag 19 november:
Uitslag fotochallenge!



Mentaal Sterk!

Werkstress is een belangrijk thema. Het blijkt namelijk dat een derde van het werkgerelateerde verzuim wordt veroorzaakt door werkstress. Daarmee is stress op de werkvloer beroepsziekte nummer 1. Meer dan een miljoen mensen lopen jaarlijks het risico op een burn-out en andere werkgerelateerde psychische ziektes. Alarmerende feiten, want werknemers die veel werkstress ervaren zitten niet goed in hun vel en zijn minder productief. Wie stress op het werk succesvol aanpakt zorgt voor meer werkplezier en minder verzuim.

Dit jaar is het thema van de Week van de Werkstress: Mentaal Sterk! Mentale kracht gaat niet alleen over reageren, maar ook over goed voorbereid zijn op (dreigende) stress of tegenslag. Een mentaal sterke organisatie houdt zich staande in wisselende en stressvolle omstandigheden.

Van werkstress naar werkplezier

Hoe zorg je voor minder werkstress en voor meer werkplezier op de werkvloer. Gimd vindt het belangrijk dat werkgevers en werknemers samen in gesprek gaan om verzuim te voorkomen en werkstress te verminderen. Lees [hier](#) verder hoe wij u kunnen helpen en wat u zelf kunt doen.

Meer informatie?

Neem contact op met uw contactpersoon bij Gimd of mail naar info@gimd.nl

