

Workshop Nature @ Work voor medewerkers

Wereldwijd zijn er verschillende studies gedaan naar de effecten van groen op de gezondheid. Deze zijn groot, ook op de werkvloer. Hoe kan je nog meer halen uit de kansen die groen biedt voor jou als mens en als medewerker

Lengte: 3,5 uur

Voor wie: werknemers

Aantal deelnemers: maximaal 15 deelnemers per workshopleider

Doelstelling: vergroten van kennis over de effecten van groen op de eigen gezondheid (werken aan eigen leiderschap), toolbox vullen met vaardigheden voor natuurinclusief werken en inspiratie over de mogelijkheden op de werklocatie.

Vorm: Alle cursussen, workshops en opleidingen van het IVN kenmerken zich door afwisselend theorie en levendige praktijklessen. De training zal natuurinclusief gegeven worden en de werkvormen die we behandelen passen we ook gelijk toe in de praktijk

Inhoud: Het eerste deel van deze IVN workshop staat in teken van de 'theorie'. Aan de hand van actuele kennis rondom de effecten van natuurinclusief werken voor de eigen gezondheid nemen we de deelnemers mee in de wereld van 'nature@work'. Met sprekende voorbeelden vertalen we deze theorie. In het 2^e deel gaan we over naar de praktijk. Hoe ziet jouw werkdag eruit? Welke momenten kan je natuurinclusief werken. Wat heb je dan nodig? Waar loop je tegenaan? We oefenen met een aantal methodes en verkennen het aanbod op de markt. Tot slot behandelen we in het derde deel de kansen en mogelijkheden die het specifieke bedrijf biedt (binnen en buiten). Gebaseerd op een korte omgevingsscan vooraf, inspireren we de deelnemers over 'wat nog meer kan'. Na afloop van deze workshop kunnen de deelnemers hun collega's vertellen over de 'effecten van natuur op de gezondheid' en kunnen zij dit toepassen in het dagelijkse werk en hebben ze ideeën over hoe ze dit nog verder kunnen brengen binnen het eigen bedrijf. Ieder blok neemt ongeveer een uur in beslag.

Wie zijn wij?

IVN Natuureducatie is de grootste aanbieder van natuurcursussen in Nederland. Al sinds onze oprichting in 1960 leren we mensen over de natuur, en hoe ze hun kennis, kunde en enthousiasme weer over kunnen brengen op anderen. Zo hebben we onder andere al 16.000 natuurgidsen opgeleid. We delen onze kennis over de natuur graag met iedereen.

Wat is het aanbod?

We hebben een divers aanbod van korte workshops tot een aantal opleidingen. We ontwikkelen altijd door zodat we aan blijven sluiten op veranderingen in de natuur, de maatschappij en mogelijkheden in het aanbieden van educatie.

Wat is de visie op educatie?

Bij al onze educatie staat de natuur centraal. We geloven in educatie die:

- Kwalitatief sterk is. We zijn of betrekken experts.
- Ruimte geeft voor persoonlijke aandacht.
- Niet alleen maar theorie is, maar afwisselend en interactief. Zeker bij onze cursussen ga je ook altijd lekker naar buiten.
- Laagdrempelig is. Je hoeft geen expert te zijn om mee te doen.

Kort samengevat. De natuur is zo fijn en leuk, dus dan moet educatie over de natuur dat toch ook zijn?

Wie organiseren dat allemaal?

Bij IVN hebben we veel inhoudsexperts over natuuronderwerpen en mensen met veel kennis en kunde van didactiek. Samen, vrijwilligers en beroepskrachten, werken we aan een mooi en divers aanbod zodat er voor iedereen wat interessants te vinden is. Daardoor kan het ook wisselen of je te maken hebt met een beroepskracht of een vrijwilliger. Hoe dan ook: we werken allemaal vanuit een groen hart voor de wereld om ons heen.



Introductieworkshop Nature@Work voor HRM, managers en directie

Wereldwijd zijn er verschillende studies gedaan naar de effecten van groen op de gezondheid. Deze zijn groot, ook op de werkvloer. Hoe kan je nog meer halen uit de kansen die groen biedt voor jou als werkgever of manager?

Want waar vroeger infectieziekten met name verantwoordelijk waren voor de ziektelast, zijn dit tegenwoordig leefstijlgerelateerde aandoeningen zoals hart- en vaatziekten, depressies en angststoornissen. Chronische stress is daarbij een belangrijke risicofactor. Naast de fysieke gezondheid is ook werkplezier van belang. Tevredenheid met de (fysieke) werkomgeving is daar een onderdeel van. Stress, ook werkstress, kan onder meer psychische gevolgen hebben. Burn-out en andere psychische aandoeningen staan boven aan de lijst van beroepsziekten. Volgens TNO hebben werkstress, werkdruk en te moeilijk werk in 2014 geleid tot 7,5 miljoen verzuimdagen. De aanwezigheid van groen op en om de werkplek draagt bij aan het voorkomen en verminderen van deze problemen. Daarbij is het verbinden van natuur met de dagelijkse werkdag de next step om te werken aan een gezonde en fijne werkomgeving.

Tijdens deze introductieworkshop speciaal voor HRM professionals, managers en directie vergroot jij jouw kennis over de effecten van groen op de gezondheid van jouw menselijk kapitaal. Daarnaast leer je over hoe het toevoegen van groen bij kan dragen aan onder meer duurzaamheidsdoelen, klimaatadaptatie, maar ook op de 'war on talent'. Naast kennis, gaan we ook praktisch aan de slag hoe jij zelf jouw werkdag natuurinclusiever kan maken en bekijken we samen welke kansen jouw locatie biedt en wat de mogelijkheden zijn voor jouw bedrijf.

<u>Lengte:</u>	3,5 uur
<u>Voor wie:</u>	HRM professionals, managers en directie
<u>Aantal deelnemers:</u>	maximaal 10 deelnemers per workshopleider
<u>Vorm:</u>	Alle cursussen, workshops en opleidingen van het IVN kenmerken zich door afwisselend theorie en levendige praktijklessen. De training zal natuurinclusief gegeven worden en de werkvormen die we behandelen passen we ook gelijk toe in de praktijk
<u>Inhoud:</u>	Het eerste deel van deze IVN workshop staat in teken van de 'theorie'. Aan de hand van actuele kennis rondom de effecten van natuurinclusief werken voor de gezondheid van mensen en medewerkers nemen we de deelnemers mee in de wereld van 'nature@work'. Met sprekende voorbeelden vertalen we deze theorie. In het

2^e deel gaan we over naar de praktijk. Hoe ziet het er bij jouw bedrijf uit? Welke vitaliteitsprogramma's zijn er al en welke kunnen natuurinclusief? Wat hebben jouw mensen nodig om natuurinclusief te werken en waar lopen zij dan tegenaan? We behandelen een aantal casussen en verkennen het aanbod op de markt. Van buitenwerk vergaderplekken tot activeringscampagnes en wandelapps. Tot slot behandelen we in het derde deel de kansen en mogelijkheden die het specifieke bedrijf biedt (binnen en buiten). Na afloop van deze workshop heb je een beeld over 'effecten van natuur op de gezondheid' op jouw personeel, wat er mogelijk is en heb je een idee hoe je dit nog verder kunt brengen binnen het eigen bedrijf. Ieder blok neemt ongeveer een uur in beslag.

Wie zijn wij?

IVN Natuureducatie is de grootste aanbieder van natuurcursussen in Nederland. Al sinds onze oprichting in 1960 leren we mensen over de natuur, en hoe ze hun kennis, kunde en enthousiasme weer over kunnen brengen op anderen. Zo hebben we onder andere al 16.000 natuurgidsen opgeleid. We delen onze kennis over de natuur graag met iedereen.

Wat is het aanbod?

We hebben een divers aanbod van korte workshops tot een aantal opleidingen. We ontwikkelen altijd door zodat we aan blijven sluiten op veranderingen in de natuur, de maatschappij en mogelijkheden in het aanbieden van educatie.

Wat is de visie op educatie?

Bij al onze educatie staat de natuur centraal. We geloven in educatie die:

- Kwalitatief sterk is. We zijn of betrekken experts.
- Ruimte geeft voor persoonlijke aandacht.
- Niet alleen maar theorie is, maar afwisselend en interactief. Zeker bij onze cursussen ga je ook altijd lekker naar buiten.
- Laagdrempelig is. Je hoeft geen expert te zijn om mee te doen.

Kort samengevat. De natuur is zo fijn en leuk, dus dan moet educatie over de natuur dat toch ook zijn?

Wie organiseren dat allemaal?

Bij IVN hebben we veel inhoudsexperts over natuuronderwerpen en mensen met veel kennis en kunde van didactiek. Samen, vrijwilligers en beroepskrachten, werken we aan een mooi en divers aanbod zodat er voor iedereen wat interessants te vinden is. Daardoor kan het ook wisselen of je te maken hebt met een beroepskracht

of een vrijwilliger. Hoe dan ook: we werken allemaal vanuit een groen hart voor de wereld om ons heen.

