

Vitaliteitswaaijer

sterker
sociaal werk

Uitleg:

- De vitaliteitswaaier helpt leidinggevenden om op een laagdrempelige manier verdiepende gesprekken te voeren met medewerkers.
De 16 vragen, verdeeld over 5 thema's, ondersteunen gesprekken over o.a. vitaliteit, werkplezier en toekomst.
- De kaarten zijn flexibel inzetbaar: aan het begin of einde van het gesprek, door de leidinggevende of de medewerker gekozen.
- Geschikt voor individuele gesprekken, ook tijdens een wandeling. Er is geen voorbereiding nodig.



ENERGIE



GEZONDHEID





Welke invloed hebben vitaliteit en de levensfase waar je op dit moment in zit op je dagelijkse werk?



ENERGIE



GEZONDHEID





Waar krijg je in je werk energie van, en welke taken of situaties kosten je vooral energie?



ENERGIE



GEZONDHEID





Zijn er taken die nu zwaarder
voelen dan vroeger, en wat
verklaart dat volgens jou?



ENERGIE



GEZONDHEID





Waar krijg jij energie van buiten je werk?



ENERGIE



GEZONDHEID





Hoe ervaar je je lichamelijke en mentale gezondheid, inclusief slaap, stress en momenten van rust?



**ERVARING EN
ONTWIKKELING**



Wat vind je het leukste aan je functie, en welke talenten of ervaringen kun je daarin het beste gebruiken?



**ERVARING EN
ONTWIKKELING**



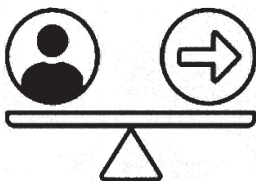
Vind je dat jouw ervaringsdeskundigheid en senioriteit voldoende worden gezien en benut binnen het team of de organisatie? Hoe zou je die eventueel sterker willen inzetten?



**ERVARING EN
ONTWIKKELING**



Hoe kunnen we jouw kennis,
ervaring en kwaliteiten beter
inzetten om de organisatie en
collega's te versterken?

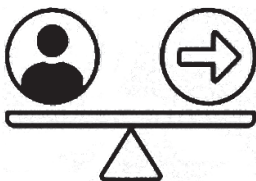


**PERSOONLIJK EN
TOEKOMST**



PERSOONLIJK EN TOEKOMST

Wat heb jij nodig om op een gezonde, evenwichtige en vitale manier door te kunnen werken tot je pensioen en wat verwacht je daarin van mij als leidinggevende?

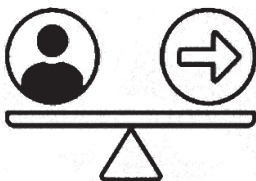


**PERSOONLIJK EN
TOEKOMST**



PERSOONLIJK EN TOEKOMST

Welke vaardigheden, onderwerpen of ontwikkelpunten zou je de komende twee jaar willen oppakken of verdiepen?



**PERSOONLIJK EN
TOEKOMST**



PERSOONLIJK EN TOEKOMST

Wat heb je vanuit de organisatie nodig om goed, gezond en met plezier te kunnen blijven functioneren?





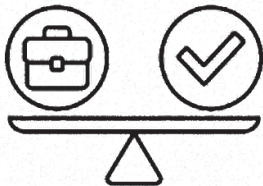
SAMENWERKING

Hoe vind je dat ik als leiding-
gevende aandacht heb voor jou
als senior medewerker?





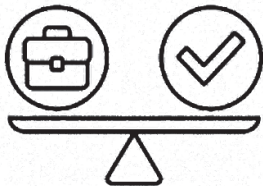
Welke vormen van steun thuis, van collega's of vanuit de organisatie en zouden jou helpen om je energie, vitaliteit en balans te versterken?



WERK EN BALANS



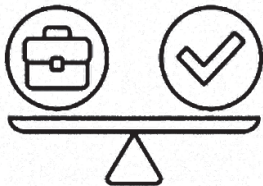
Hoe ervaar je op dit moment de balans tussen werk en privé, en welke factoren beïnvloeden die het meest?



WERK EN BALANS



Op welke manier spelen je leeftijd, levensfase en senioriteit een rol in hoe jij je werk en werkbalans ervaart?



WERK EN BALANS



WERK EN BALANS

Hoe ziet jouw ideale werkdag eruit, en wat maakt die dag voor jou prettig en effectief?