



**MENUKAART:
DIT IS EEN SUGGESTIE.
KLIK OP EEN LINK IN DE
KOPJES OM HET
VOLLEDIGE AANBOD TE
BEKIJKEN**

ONLINE TRAININGEN

persoonlijke groei

- Aan de slag met NLP
- Hoe motiveer ik mezelf?
- Hoe voorkom ik uitstelgedrag
- Hoe word ik beter gehoord?
- Je minder aantrekken van anderen
- Jezelf presenteren
- Nee zeggen
- Niet helpende gedachten de baas worden met RET
- Persoonlijke effectiviteit
- Timemanagement
- Zelfvertrouwen

vrijwilligerswerk

- Vrijwilligerswerk vinden wat bij je past
- Mensen gastvrij ontvangen
- Persoonlijk groeien door vrijwilligerswerk
- Omgaan met mensen met dementie
- Mantelzorg geven
- Voel je minder eenzaam
- De kracht van vrijwilligerswerk
- Coach anderen met meer vertrouwen

veiligheid

- BHV
- Brandveiligheid
- EHBO
- Hoe voorkom ik een cyberaanval?
- Omgaan met agressie
- Omgaan met grensoverschrijdend gedrag
- Omgaan met pesten
- Online pesten

digitale vaardigheden

- Aan de slag met Photoshop
- Beginnerscursus AI
- Digital detox
- Microsoft Excel
- Microsoft Outlook
- Microsoft Powerpoint
- Microsoft Word
- Werken met Canva
- Werken met ChatGPT
- WordPress 2020

juridisch & recht

- Kies de juiste rechtsvorm
- Basisprincipes AVG
- Goed notuleren
- Slim omgaan met social media en risico's
- Financiële fraude leren begrijpen

Er is nog veel meer te vinden op de online leeromgeving. Het aanbod kan veranderen.

horeca en hospitality

- Aan de slag met dranken
- Hospitality management
- Kennis over koffie
- Sociale hygiëne
- Ultieme klantgerichtheid
- Verantwoord alcohol schenken

Communicatie

- Assertiviteit
- Authentiek presenteren
- Beter communiceren met DISC
- Conflicthantering
- Effectief communiceren
- Effectief vergaderen
- Feedback geven
- Krachtig argumenteren
- Netwerken
- Non verbale communicatie en lichaamstaal
- Een sterk persbericht schrijven
- Presenteren: gebaren en mimiek
- Succesvol solliciteren

marketing

- De kracht van social media
- Facebook
- Fotograferen en bewerken Instagram ads
- LinkedIn contentcreatie
- Online marketing
- Overtuigend schrijven
- Professioneel vloggen
- Social media marketing
- Sterke content maken voor LinkedIn
- Bloggen als een pro

gezondheid & welzijn

- Meer rust in je hoofd met Mindfulness
- Weg met onzekerheid
- Mentale gezondheid in het dagelijks leven
- Vitaliteit de basis
- Duurzame inzetbaarheid
- Je hersenen gezond en scherp houden
- Omgaan met rouw en verlies

Er is nog veel meer te vinden op de online leeromgeving. Het aanbod kan veranderen.



**WANNEER IK
OP PAD BEN
KIES IK VOOR
EEN LUISTERBOEK**



LUISTERBOEKEN WAAR JE IETS VAN OPSTEET!

- Aanspreken: gewoon doen!
- Coachen: motiverende gespreksvoering
- Denk niet aan een roze olifant
- DISC van A tot Z • Doe niet zo moeilijk: de kunst van relativeren
- Fouten maken moed
- Geluk in de pocket
- Harder praten helpt niet
- Het monster met de gouden ogen: spreekangst
- Hoe krijg ik altijd gelijk?
- Ik weet dat u liegt!
- Ja zeggen, ja doen!
- Macht en charisma
- Omgaan met lastige situaties
- Wat wil je nou eigenlijk zeggen?
- Zelfvertrouwen in elke sociale situatie
- Zo simpel kan het zijn: 30 simpele oplossingen voor moeilijke problemen
- 21 dagen niet klagen