



Invloed op je werk

Stichting Me Mam

Programma

Welkomstwoord | Mededelingen

Over Stichting Me Mam

Cirkel van invloed

In gesprek | Vragen

Eventuele gevolgen

In gesprek | Vragen

PAUZE

Omdenken | Filmpje

In gesprek | Vragen

Evaluatie | Afsluiting



Welkom en mededelingen

Alles wat tijdens deze bijeenkomst gezegd wordt, beschouwen we als vertrouwelijke informatie en wordt dus niet met anderen buiten deze bijeenkomst gedeeld.





Over Stichting Me Mam

Stichting Me Mam is in 2015 opgericht om zwangeren en pasbevallen moeders te ondersteunen die te maken hebben met psychische problematiek.

Het is een samenwerking tussen ervaringsdeskundigen en professionals en tevens gericht op zowel reguliere als complementaire zorg. Me Mam heeft als visie dat de keuze van de moeder centraal staat. Omdat niet alle moeders medische zorg nodig hebben, noemt Me Mam zich een ervaringscentrum in plaats van een patiëntenorganisatie.

In 2017 was Stichting Me Mam winnaar van de Libelle Ster Award.

Cirkel van invloed

Het weer
Gedrag van je leidinggevende
Meningen van anderen
Je gezondheid
Een ziek kind
Humeur van je partner
Gevoelens van anderen
Files



In gesprek | Vragen

- In hoeverre is jouw psychische aandoening van invloed op je werk?
- Wat kunnen collega's voor jou betekenen?
- Wat kun je doen om je werk te behouden?



Eventuele gevolgen

Het kan zo zijn dat jouw aandoening directe gevolgen heeft op jouw prestaties op de werkvloer.

Zoals:

- Minder concentratie
- Sneller vermoeid
- Vaak overprikkeld
- Fouten maken
- Lichamelijke klachten



In gesprek | Vragen

Wat merkte jij aan jezelf toen je weer ging werken,
op het gebied van...

- ...Concentratie
- ...Vermoeidheid
- ...Prikkels
- ...Lichamelijke klachten
- ...Stemming





Pauze

Omdenken | Invloed



In gesprek | Vragen

Waar heb jij invloed op en waarop niet?

Waar zou je graag invloed op willen hebben?

Is het voor jou haalbaar om die invloed te hebben?



**Denk je dat je
geen invloed hebt?
Doe dan eens iets heel
kleins, heel erg goed.**

OM
DEKEN

Zoals deze quote liken ;)

Evaluatie

Welk inzicht neem je mee naar huis?



Afsluiting



Heb je nog vragen of opmerkingen?

Ben je oké?

Ga naar www.memam.nl voor informatie, hulp en inschrijven op de nieuwsbrief van Me Mam

Deze presentatie is mede mogelijk gemaakt door PATH

Interreg
2 Seas Mers Zeeën
PATH 2



Het PATH-Programma is medegefinancierd door het Europees Fonds voor Regionale Ontwikkeling (EFRO) om projecten te ondersteunen voor de periode van 2014 tot 2022