

Centraal secretariaat:

Veertien Hond 32

4003 GK TIEL

T : 0344 – 695 900

E : info@rdta.nlI : www.rdta.nl

BTW nr. NL8512.27.156B01

KvK nr. 54248671

Mentale Fitheid op het Werk

Hoe hou jij je hoofd op orde? Het werkende leven is voor bijna iedereen de afgelopen decennia flink veranderd. Denk maar aan de constante stroom van reorganisaties en fusies, voortdurende innovatie van werkmethoden en werkorganisatie, digitalisering van het werk en globalisering van de markt.

De komende jaren zal dat niet anders zijn. Sterker nog, er komen nog grote veranderingen op ieders pad. De vergrijzing zal leiden tot groeiende personeelstekorten. We zullen met z'n allen dus nog efficiënter gaan werken.

We gaan de komende twintig jaar met fors minder mensen dezelfde hoeveelheid werk doen. Dat betekent dat de werkdruk fors zal stijgen. Met andere woorden: de mentale druk van werken neemt toe. Hoe blijf je desondanks gezond, gelukkig en gemotiveerd in je werk? Dit boekje geeft je daarvoor tips en trucs. Het is een uitgave van TNO.

Download het E-Book gratis!

