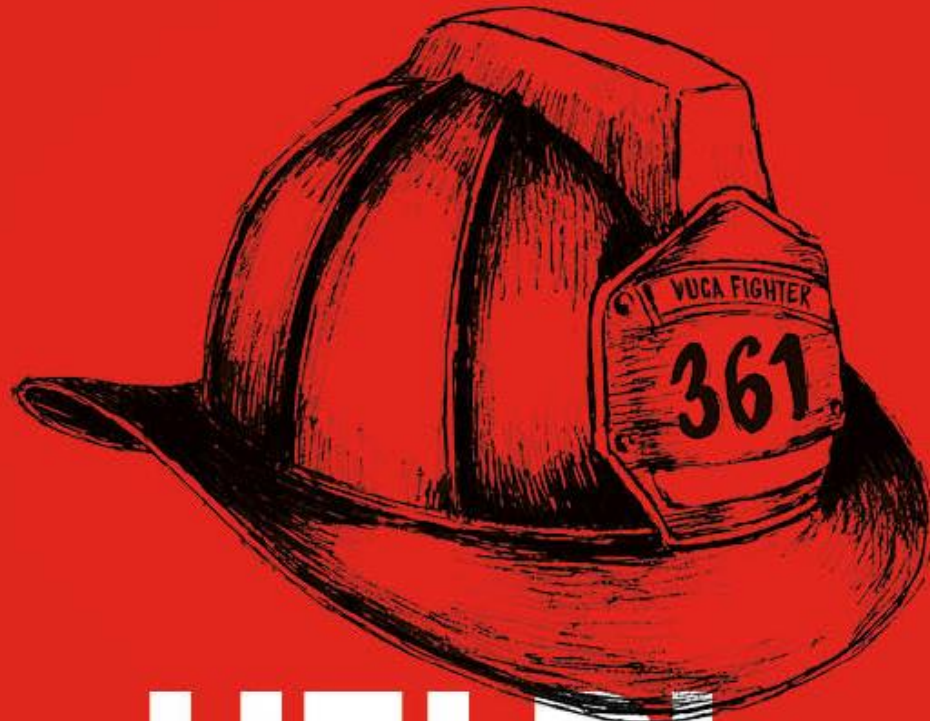




HELP!
HAPPILESS
OR HAPPINESS





- 49 jaar, gelukkig en getrouwd en 2 dochters,
- Ondernemer in hart en nieren
- passie voor mens en organisatie,
- flow, reflectie, inspirerend, motiverend, HR en strategisch beleid, waardenexpert
- Fun, bewust en gelukkig door het leven gaan
- gepassioneerd door Italië,
- gedreven door waarden en verbindend leiderschap
- auteur van het “positieve Impact” , stress, VUCA
- Houdt ervan mens en organisatie te inspireren en het beste uit ieder te halen om zo de maatschappij beter te maken

HELP!
HAPPILESS
OR
HAPPINESS!

361°
CREATING HAPPY EMPLOYEES



www.361.works



HELP!
HAPPILESS
OR
HAPPINESS!

361°
CREATING HAPPY EMPLOYEES



Waar staat jouw **organisatie** vandaag?

Waar sta **jij** vandaag als Persoon ?

Ben je **GELUKKIG** vandaag ?

Denk je na over je **loopbaan**?

Wil je **je pad** veranderen? JUISTE keuzes maken?

Neem je belangrijke beslissingen in alle

SERENITEIT?

Vol levensenergie,
vol passie

Vreugdevol

De ideale bedrijfscultuur
zit in deze band :
spontaan creatief

Verzoenend

Mededogend

Tolerant

Dit is de brug : emotionele
intelligente dialoog, **bereid**
bij te dragen aan
oplossingen, proactief

Boos

Apatisch

De meeste
bedrijfsculturen zitten in
deze band, **in verzet,**
afgesloten, reactief

HELP!
HAPPILESS
OR
HAPPINESS!

PROFIEL

VAN JE BEDRIJF

bedrijfscultuur en waarden

PROFIEL

VAN JE LEIDINGGEVENDEN

leiderschap

PROFIEL

VAN JE MEDEWERKERS

attitude en uitstraling



Cultuur is de onzichtbare brug of de onzichtbare afgrond tussen de strategie en de manier van uitdragen ervan.



**HEEFT “STRESS” EEN
TOEGEVOEGDE
WAARDE VOOR JE?**

**IS “STRESS” JE
VRIEND OF JE
VIJAND?**

**HEBBEN WE VANDAAG
MEER STRESS DAN 15
JAAR GELEDEN?**

HELP!
HAPPILESS
OR
HAPPINESS!

361°
CREATING HAPPY EMPLOYEES



HELP!
HAPPILESS
OR
HAPPINESS!

361°
CREATING HAPPY EMPLOYEES



HELP!
HAPPILESS
OR
HAPPINESS!

361°
CREATING HAPPY EMPLOYEES

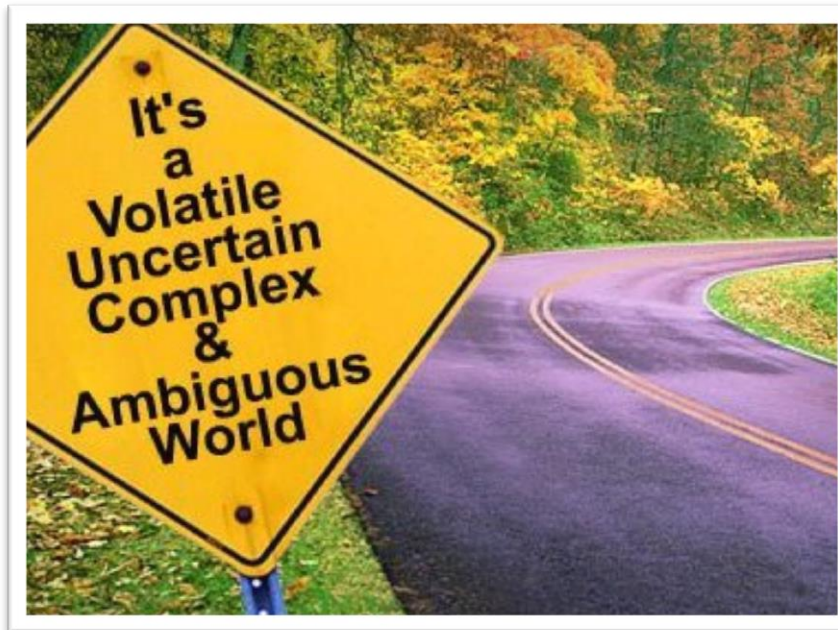
VAN INDUSTRIËEL TIJDPERK NAAR NIEUWE TIJDPERK, EEN "TRANSFER" VAN 200 JAAR IN 15 JAAR TIJD



WAT ZIJN DE GEVOLGEN IN EN VOOR ONS DAGELIJKSE FUNCTIONEREN?!

HELP!
HAPPILESS
OR
HAPPINESS!

361°
CREATING HAPPY EMPLOYEES



**WAAROM IS VERANDERING ZO MOEILIJK
VANDAAG?**

**HELP!
HAPPINESS
OR
HAPPINESS!**

361°
CREATING HAPPY EMPLOYEES

Volatile

Uncertain

Complex

Ambiguous

"the new
normal"

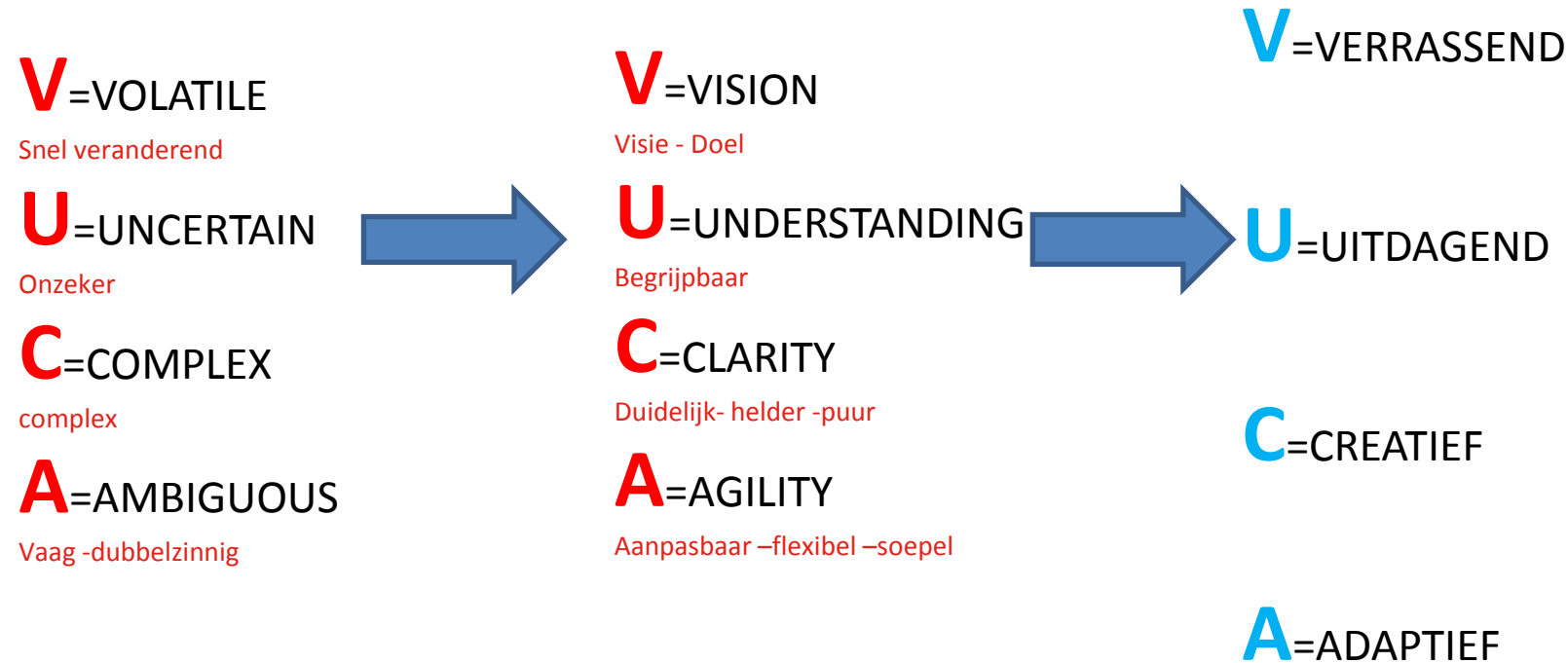
HELP!
HAPPIER
OR
HAPPINESS!

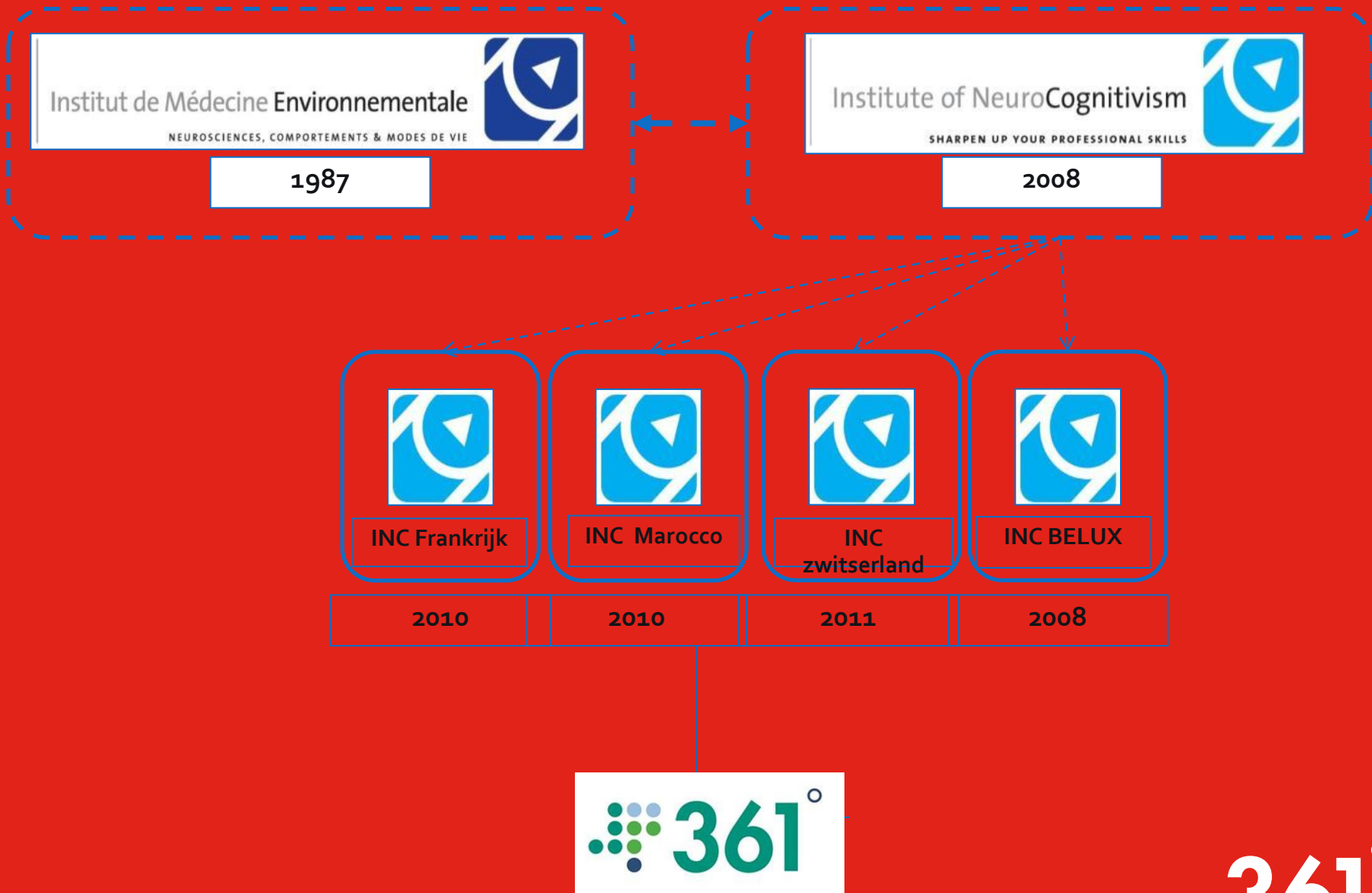
361°
CREATING HAPPY EMPLOYEES

Call to action
VAN SMART WORLD
NAAR SMART BRAIN!

HOE?

HELP!
HAPPILESS
OR
HAPPINESS!







Invest in your blue capital!

**Feel better in your life, better in your skin, better in
your work**

Thanks to neuroscience

VUCA
Gevoelige
triggers

conflicten

pessimisme

oppervlakkigheid

geweld

onvoorspelbaarheid

verplichtingen

Agressie op de
werkvloer

Risico's

egoïsme

bezuinigen

onzekerheid

zwakheid

De kenmerken van stress voor jou

Wat voel je bij jezelf?

Wat zie je bij de andere?

HELP!
HAPPILESS
OR
HAPPINESS!



STRESSMANAGEMENT = ZELFREGULATIE



Gebeurtenis



Interpretatie



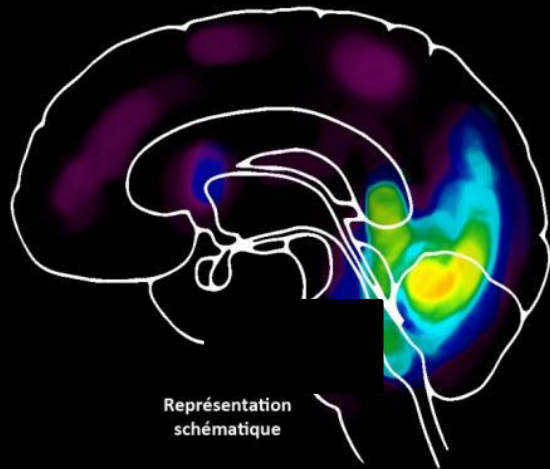
(stress)
beleving

MENTALE MODI

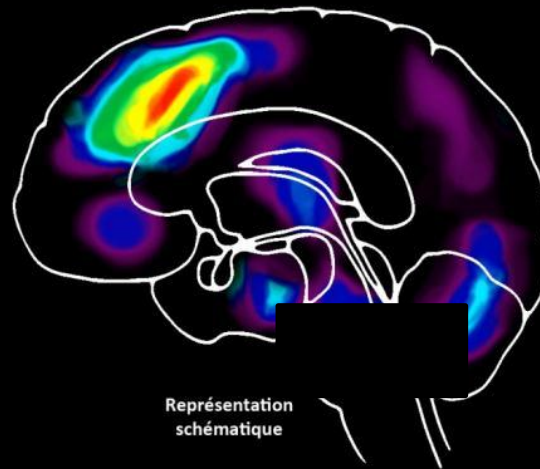
OBSERVATIES VIA MRI



HELP!
HAPPILESS
OR
HAPPINESS!



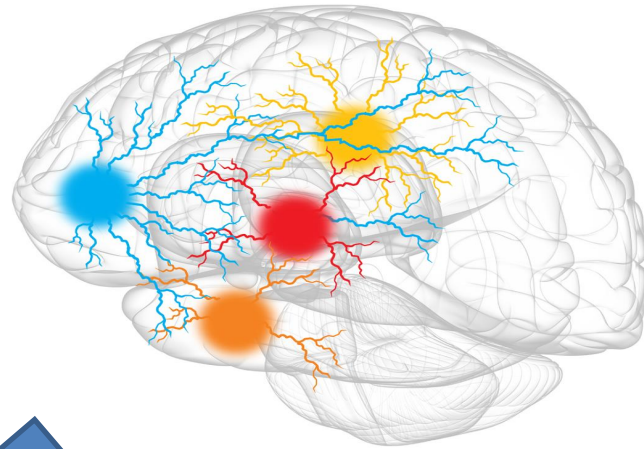
AUTOMATISCHE MODUS
(LIMBISCHE GEBIEDEN)



ADAPTATIEVE MODUS
(PREFRONTALE GEBIED)

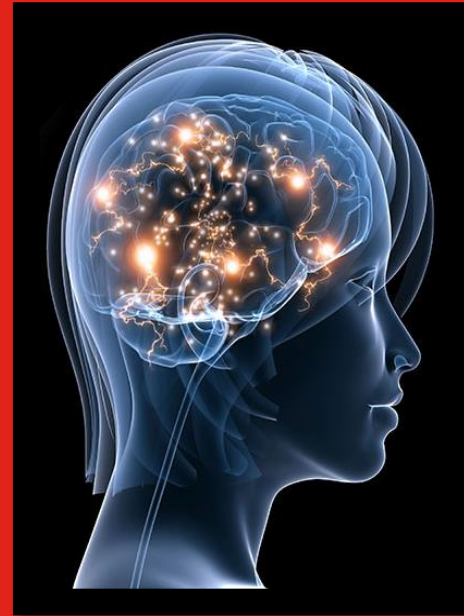
GEVAAR VAN AANNEMINGEN DE KRACHT VAN GEDACHTEN

HELP!
HAPPILESS
OR
HAPPINESS!



361°
CREATING HAPPY EMPLOYEES

**HET BREIN DENKT
CONSTANT IN DE
OVERLEVINGSMODUS
EN WAT GEBEURT ER
DAN MET ONS
NEUROLOGISCH
SYSTEEM?**



HELP!
HAPPILESS
OR
HAPPINESS!

361°
CREATING HAPPY EMPLOYEES

BIOCHEMISCHE VERVUILING



WAT ALS HET ONVOORSPELBAAR, COMPLEX EN SNEL GAAT?



BREIN ONGEKEND, DUS INEFFICIËNT? VAN ONBEWUSTE MACHT NAAR BEWUSTE KRACHT VAN HET **BLAUWE** KAPITAAL

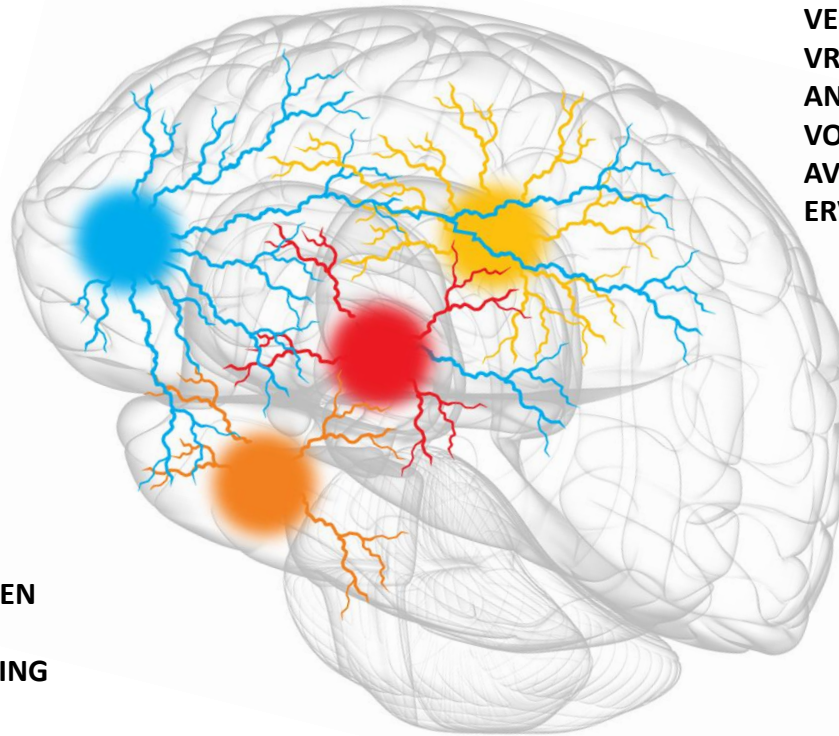
HELP!
HAPPYLESS
OR
HAPPINESS!

ADAPTIEVE REGIE

SOEPELHEID
AANPASSING
CREATIVITEIT
MOGELIJKHEDEN
EMPATHIE
INLEVING
PERSOONLIJKE MENING

EMOTIONELE REGIE

VERLANGENS
VREES
ANGST
VOORKEUREN
AVERSIES
ERVARINGEN



GREGAIRE REGIE

VERTROUWEN/WANTROUWEN
MACHTSVERHOUDINGEN
VERBLINDHEID/VERVREEMDING
STEREOTIEP GEDRAG

INSTINCTIEVE REGIE

ONMIDDELIJK GENOT
IMPULSIVITEIT
« NONCHALANCE »
AFHANKELIJKHEID VAN STRESS

EN WAT BETEKEN DAT CONCREET?

HELP!
HAPPILESS
OR
HAPPINESS!

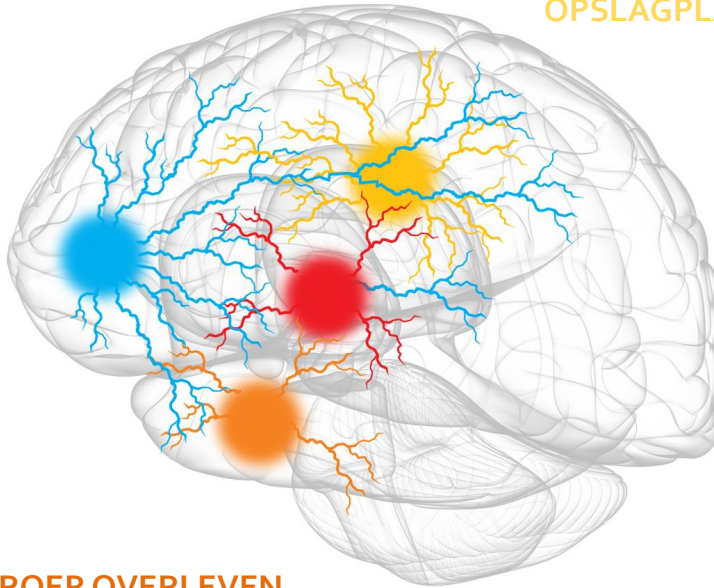
ADAPTIEVE REGIE

PROBLEEMOPLOSSER



EMOTIONELE REGIE

OPSLAGPLAATS VAN EIGEN ERVARINGEN



GREGAIRE REGIE

IK EN SAMEN MET DE GROEP OVERLEVEN



INSTINCTIEVE REGIE

IK EN OVERLEVEN



361°
CREATING HAPPY EMPLOYEES

MOTIVERINGSTOOL : WAAR KRIJG IK ENERGIE VAN EN WAAR VERLIES IK ZE? HOE WERKT MIJN BREIN?

HELP!
HAPPILESS
OR
HAPPINESS!



VIP2APRO
Professioneel
Rekrutering
Loopbaancoaching
Leiderschap



361°
CREATING HAPPY EMPLOYEES



*We gaan terug
voor meer fun en
samenwerking
zorgen!*



REWIRE YOUR BRAIN

RECONNECT YOUR HEART

REACTIVATE YOUR GUT



3 LEVEL APPROACH

*HOLISTIC:
BRAIN – HEART - GUTS*



6 WELLBEING THEMES & VALUES

- *WORK RELATED ITEMS*
- *PERSONAL DEVELOPMENT*
- *PERSONAL ITEMS*
- *HEALTH & VITALITY*
- *RELAXATION*
- *REINTEGRATION*
- *RESULT DRIVEN*
- *SUSTAINABILITY*
- *CARING*
- *TRUST*
- *COURAGE*
- *JOIE DE VIVRE*

1° *FROM GOOD TO "GREAT"*

DIGITAAL WELZIJSPLATFORM

CONSULTANCY

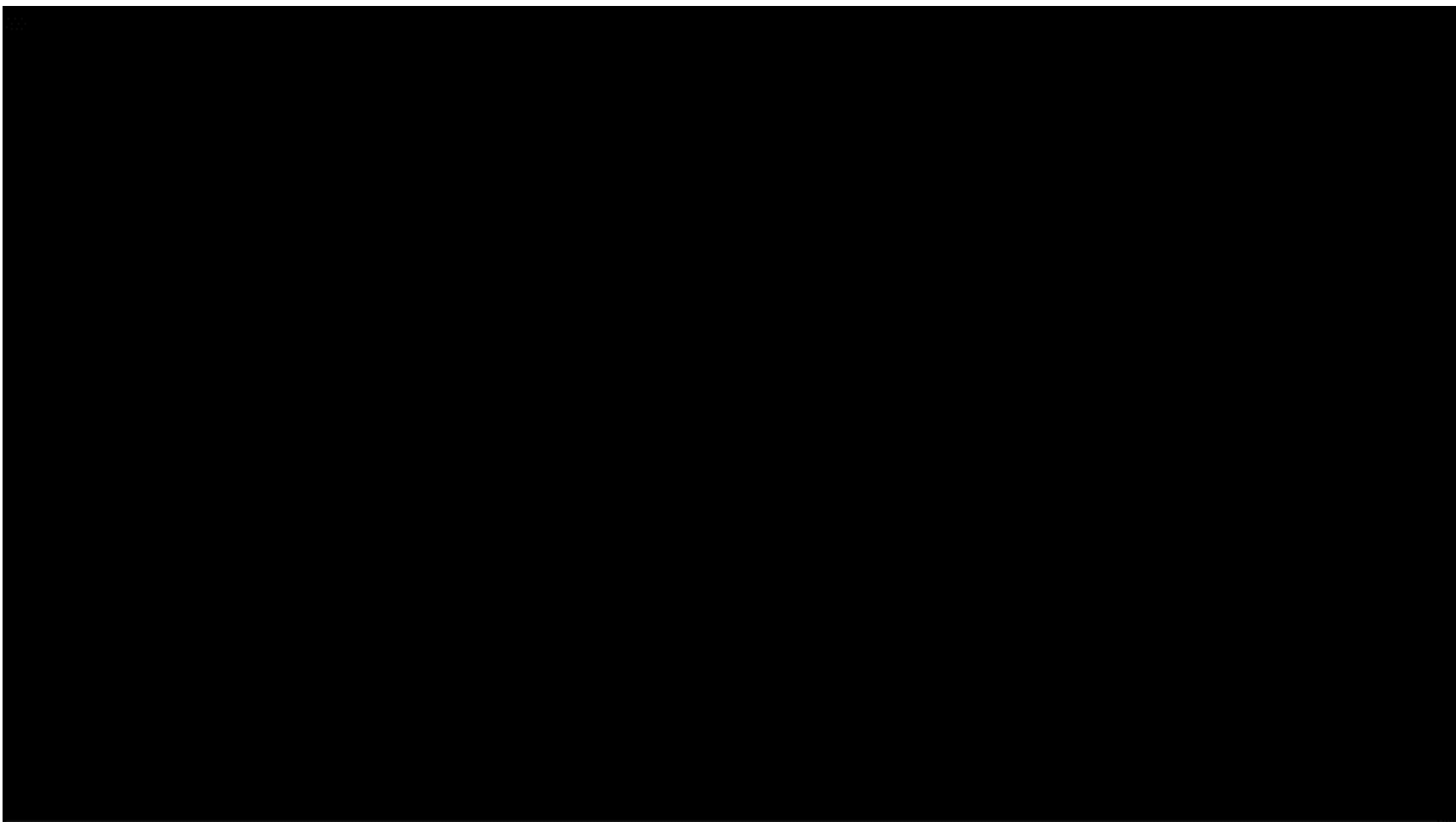
COACHING

TRAINING

WWW.361.WORKS

**HELP!
HAPPILESS
OR
HAPPINESS!**

361°
CREATING HAPPY EMPLOYEES



*“You are
amazing!”*

*“Thank you
for your smile!”*



A large, clear glass hourglass is positioned on the left side of the page. It is filled with bright red sand. The top bulb is about three-quarters full, and a thin stream of sand is falling from the narrow neck into the bottom bulb, which is about one-quarter full. The hourglass is set against a white background.

MET
GRATIS
ONLINE
ZELFTEST

HELP!

ONTDEK JE STRESSPROFIEL EN BESCHERM JEZELF

IK HEB STRESS

Isabelle Hoebrechts

LANNOO
CAMPUS

361°
CREATING HAPPY EMPLOYEES

**6 BOEKEN IN 6 JAAR
(REEKS VUCA)**

LANNOO CAMPUS



**HELP!
HAPPILESS
OR
HAPPINESS!**

361°
CREATING HAPPY EMPLOYEES

TOP OF YOUR MIND



ISABELLE HOEBRECHTS ANN CAROLINE ROYMANS

BESLISSSEN

IN
EEN

VOLATILE
V
UNCERTAIN
U
COMPLEX
C
AMBIGUOUS
A

WERELD

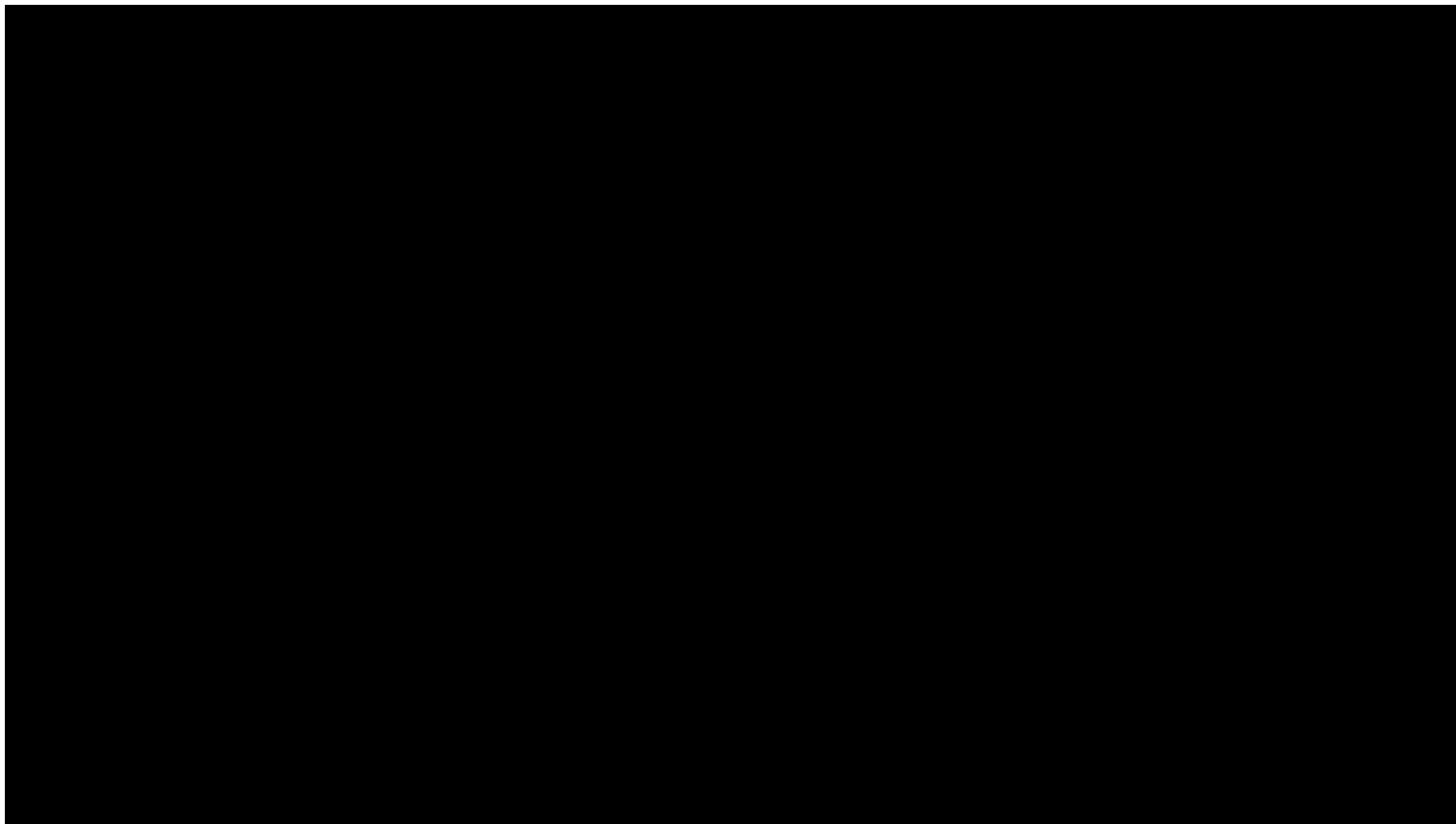


LANNOC
CAMPUS

HELP!
HAPPILESS
OR
HAPPINESS!

361°
CREATING HAPPY EMPLOYEES

HELP!
HAPPILESS
OR
HAPPINESS!



361°
CREATING HAPPY EMPLOYEES