

Voorstel

Live workshop: Help je studenten naar  
minder stress

---

**GELUKKIGE**  
**DOCENT**

**Hoi!**

Allereerst wil ik je bedanken dat ik dit voorstel naar je mag sturen. Dat betekent dat je overweegt om te investeren in het welzijn van jullie studenten en dat is iets waar ik me elke dag mee bezig houd. Namelijk het gelukkig maken van studenten (vandaar Gelukkige Student 😊).

In dit voorstel kun je alle informatie terugvinden over de Live workshop: Help je studenten naar minder stress.

Veel leesplezier en ik ben benieuwd naar je reactie.

Liefs Marian



## Gelukkige Docent Academy

Als onderdeel van de Gelukkige Docent Academy is er een livedag waarbij je met docenten vanuit heel Nederland en van verschillende instellingen samen komen om aan de slag te gaan! Het thema van de dag is; hoe kan ik als docent mijn student helpen naar minder stress. We gaan samen aan de slag met de theorie die achter Gelukkige Student zit. Daarnaast krijg je oefeningen en cases die je meteen in je les kunt gebruiken.

Gelukkige Docent is een initiatief van Marian Blaauwgeers. Marian heeft al honderden studenten geïnspireerd en begeleid via Gelukkige Student naar minder stress tijdens hun studententijd. Deze kennis en ervaring geeft ze door via de Gelukkige Docent zodat jij je lessen kan verrijken en de student hiermee kan begeleiden.

### **Wat kun je verwachten tijdens de livedag.**

Tijdens deze workshop gaan we op een leuke manier aan de slag met het omgaan met stress in de studententijd. Het gaat over deze periode en het aanreiken van handvatten om deze positief door te komen. Deze handvatten kun je ook weer gebruiken om jullie lessen te verrijken. Met resultaat; hoe de student met plezier en minder stress de studie kan afronden.

Ik breng altijd humor in mijn workshops. De onderwerpen zijn niet altijd makkelijk maar door mijn positieve blik zorg ik ervoor dat je aan het denken wordt gezet. Met de praktische oefeningen en de inspiratie kun je direct aan de slag en ervaren je studenten meteen de positieve effecten!

Kortom een dag vol met inspiratie en energie. Niet alleen krijg je dat van mij maar ook van alle andere docenten die zich inzetten om de studententijd voor hun studenten fijner te maken.

Verder wordt er tijdens de dag natuurlijk goed voor de innerlijke mens gezorgd dus niet alleen mentaal maar ook fysiek ervaar je een fijne dag!

### **Praktische informatie**

**Datum:** 27 februari 2020

**Tijd:** Inloop om 9:30:00u, Start 10:00, einde rond 16:00, uitloop 16:30.

**Locatie:** Zwolle

**Benodigheden:** jezelf ;)

**Investering:** € 647,- (incl btw).

**BONUS:** bij deelname aan deze workshop krijg je GRATIS toegang tot de Gelukkige Docent Community waar je ten alle tijden je vragen aan mij en mede docenten kunt stellen.

Let op: Bij deelname van de Gelukkige Docent Academy is deze workshop GRATIS! Lees meer op de website over de [Gelukkige Docent Academy](#).

## Wat levert deze workshop je op?

- ✓ Je hebt basis idee om studenten te begeleiden met stress.
- ✓ Je krijgt opdrachten die je tijdens je lessen kunt toepassen.
- ✓ Je weet hoe je de thema's moet aanpakken om studenten preventief hiermee te helpen.
- ✓ Je krijgt inspirerende en herkenbare voorbeelden aangereikt die je tijdens je lessen kunt gebruiken.

## Ervaring

"We hebben Marian gevraagd een lezing te geven over de huidige generatie studenten en hoe wij als docenten hun kunnen helpen met hun stress beleving. Naast een stuk inzicht over de beleving van de student kregen we praktische tips en oefeningen die we met de studenten kunnen doen. Een fijne manier om als docententeam stil te staan bij een thema dat momenteel zo relevant is. Er volgde veel vragen waar Marian haar expertise heeft kunnen delen waar collega's direct verder mee konden.

Het is prettig samenwerken met Marian en en ik zou haar zeker aanraden om te vragen voor een lezing!"

Jurrian de Klerk – Onderwijsprofessional & Docent bij



## Over Gelukkige Docent

Vanuit Gelukkige Student heb ik honderden studenten geïnspireerd, begeleid en geholpen om minder stress te ervaren tijdens hun studententijd. Jij als docent kan een belangrijke rol spelen in het leven van de student. Natuurlijk verschilt de intensiteit per student en sommige hebben meer begeleiding nodig dan de andere. Maar als SLB-er kun je het gesprek wel met de student aangaan om ze te helpen met vragen die verder gaan dan over hun studie alleen.

Ik heb verschillende docenten geholpen met het maken van hun lessen. Omdat de oorzaak van stress bij studenten allemaal verschillend kan zijn is het soms lastig om hier in een groep van 30 studenten aandacht aan te besteden. Daarom is de Gelukkige Docent Academy de oplossing. Daar vind je een toolbox vol met oefeningen die je tijdens je les kunt toepassen. Daarnaast staan er verschillende ervaringen van studenten in die je tijdens je les bespreekbaar kunt maken. Daarmee gooi je het gesprek open en kun je de student inspireren om bij zichzelf te kijken hoe zij omgaan met stress en hoe zij dat ervaren.

### Renate - deelnemster Gelukkige Student Academy

“Gelukkige Student heeft echt meer dan al mijn verwachtingen waargemaakt. Marian is een fijn persoon die kundig advies geeft! Ze reageert vlot op vragen en gaf mij altijd een boost om weer verder te gaan. Ze steunde mij geheel, met veel passie en liefde. Het heeft mij rust en vrijheid opgeleverd. Ik ben een gelukkige student geworden en dat gun ik jou ook!”

### Mareikje Pfenning - Docent-onderzoeker HRM at Hanzehogeschool Groningen/ PhD candidate

“Marian en ik hebben regelmatig contact en wisselen we van gedachtes over stresspreventie onder studenten. We informeren en inspireren elkaar in ons werk. Marian heeft mij dan ook geholpen met inspiratie voor mijn project ‘studentenwelzijn’ binnen het instituut waarvoor ik werkzaam ben. We delen hetzelfde doel namelijk de student een zo’n fijn mogelijke studententijd te bieden. Marian is een super enthousiast en fijne persoon met wie ik heel graag samen werk.”



## Investing

| Onderdeel                             | Prijs   | Aantal | Investing |
|---------------------------------------|---------|--------|-----------|
| Live Workshopdag (Max. 10 deelnemers) | € 647,- | 1      | € 647,-   |
|                                       |         | Totaal | € 647,-   |

Alle bovenstaande bedragen zijn inclusief BTW.

## Voor akkoord

Naam:

Instituut:

Handtekening:

Factuurgegevens:

Naam:

PO-nummer (indien nodig)

Adresgegevens:

Straat + huisnummer

Postcode + plaats

E-mailadres:

Telefoonnummer:

Op alle offertes en opdrachten zijn de algemene voorwaarden van marianblauwgeers.com van toepassing. Gelukkige Student en Gelukkige Docent zijn onderdeel van marianblauwgeers.com. [Lees hier de voorwaarden](#). Wanneer akkoord wordt gegeven op deze offerte wordt ook akkoord gegaan met deze voorwaarden.