

## Mentale coaching tijdens corona

---

**Professionals in zorg en welzijn zetten zich met hart en ziel in voor anderen. Corona zorgt voor extra mentale en fysieke druk. Wil je met een onafhankelijk iemand praten voor een luisterend oor? Maak dan gebruik van de gratis deskundige coaches van 'Samen sta je sterker' en/of de Vitaliteitscoaching van HR adviesbureau Dijk & Van Emmerik.**

### Samen sta je sterker

Werken in de zorg betekent werken voor anderen. Honderden coaches van 'Samen sta je sterker' staan klaar voor medewerkers die het door de coronapandemie mentaal zwaar hebben. Ze bieden professionals in zorg en welzijn een luisterend oor en geven mentale ondersteuning. Kun jij een luisterend oor gebruiken of ken je iemand die wel een steuntje in de rug kan gebruiken, ga naar [www.samenstajesterker.nl](http://www.samenstajesterker.nl) en meld je aan.

### Vitaliteitsprogramma 'Sterk in je Werk'

In de regio Kennemerland, Amstelland en Meerlanden is in samenwerking met HR adviesbureau Dijk & Van Emmerik een Vitaliteitsprogramma opgezet voor zorg- en welzijnsmedewerkers. Het vitaliteitsprogramma bestaat uit gratis workshops, een vitaliteitsscan en vitaliteitscoaching. In de vitaliteitscoaching kunnen medewerkers aan de slag gaan met een thema rondom hun vitaliteit, zoals mentale balans, piekeren, energiebalans en werk-privé balans. Neem voor de vitaliteitscoaching contact op met Dijk & Van Emmerik op 020-609 7700.

