



SEPTEMBER

Maand VAN HET werkplezier

B I N G O

B Breng iets lekkers of leuk mee voor je collega's	I Maak buiten een wandeling	N Geef 3 collega's een compliment	G Geef een collega feedback (tips én tops)	O Deel een vaardigheid of kennis met een collega (en leer ook iets van hen)
Trakteer een collega op koffie	Bied hulp aan een collega	Drink een dag lang alleen water	Deel met een collega wat jou werkplezier geeft	Begin of eindig je dag met meditatie of yoga
Doe rek- en strekoefening en	Schrijf 3 dingen op waarvoor je dankbaar bent		Eet een gezonde lunch	Neem 15 minuten de tijd voor jezelf
Deel met een collega iets waar je trots op bent	Zeg ergens nee tegen	Vraag je collega of leidinggevende om feedback (tips én tops)	Bespreek met een collega hoe je werkplezier in het team kunt vergroten	Zet thuis je werkmail uit
Organiseer een teamuitje of borrel met je team	Maak een collega aan het lachen	Vraag een collega om hulp	Neem pauze buiten de deur	Deel met een collega je leukste werkervaring