

Deze cursus heeft in het verleden plaats gevonden. Kijk op onze [nascholingen pagina](#) voor ons huidig aanbod van congressen, cursussen en opleidingen.

## Zorgheld in COVID-crisis

Ook voor jezelf?

 Woensdag 31 maart 2021

Speciaal voor jou!

## Programma en data

De cursus 'Zorgheld in de COVID-crisis' bestaat uit één interactieve, online middag van **13:30 tot 17.00 uur**. Tijdens deze middag krijg je handvatten om jezelf een boost te geven in deze zware periode en ervoor te zorgen dat je adequaat en effectief kunt reageren in tijden van crisis of onzekere situaties.

### **Datum: woensdagmiddag 31 maart 2021**

Deze cursus vindt volledig online plaats.

Onderstaand vind je de onderwerpen die aanbod komen:

- › Je eigen gedachten, emoties en gedrag onder de loep
- › Omgaan met emoties en stress in een crisissituatie
- › Grenzen stellen en hierover communiceren
- › Bewust zijn van emoties bij de ander en hiermee leren omgaan
- › Patronen herkennen
- › Ervaringen delen en het uitwisselen van tips