



# Nieuwsbrief

SEPT 2017

## Ons team breidt nog steeds uit.

Wij gaan door! De kaap van 400 werknemers blijft overschreden, onze teller staat voorlopig op 419 werknemers. Wij zijn al bij

2504 klanten een gevestigde waarde geworden. Gebruik je tijd efficiënt, let erop dat de belangrijkste taken je volle aan-

dacht krijgen, werk ergonomisch en logisch en maak ook alles bespreekbaar. Kortom: maak werk van GOED werk!

In dit nummer:

Ons team breidt nog steeds uit.

Bedankt iedereen!

Bore-out versus burn-out.

Inschrijvingen Sinterklaasfeest.

Mededeling van algemeen nut.

Carrièreswitch.

Allerlei.

Opleidingen in het verschiep.

## Bedankt iedereen!

Wij willen alle bezige bijtjes bedanken voor hun inzet tijdens de voorbije verlofmaanden. In het bijzonder alle werknemers die vervanging hebben gedaan bij de klanten van hun collega's.

Ook een bijzondere dank aan de administratie die het alweer klaarspeelde om zowel klanten als werknemers naar best vermogen tevreden te stellen in deze toch hectische periode en dit met minimale bezetting. Nu kunnen we er weer invliegen na een deugddoende vakantie!



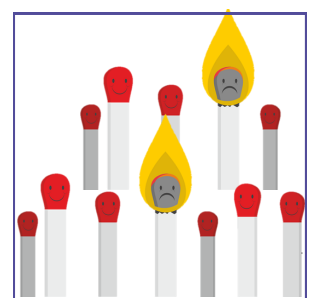
## Bore-out versus burn-out.

De burn-out is niet meer weg te branden uit de media. Eén op vijf Vlaamse werknemers zou risico lopen op een burn-out. Over bore-out wordt minder gesproken. Onterecht: een bore-out is even schadelijk voor je gezondheid en werkplezier. Waar ligt het verschil en hoe pak je een bore-out aan? Wat is een bore-out? Veel mensen vervelen zich wel eens op het werk. Maar soms gaat het verder. Verveel je je zo – zelfs al heb je veel (eentonig of te weinig uitdagend) werk – dat je moe en doodongelukkig wordt, dat je niets meer gedaan krijgt? Dan kamp je misschien met een bore-out. Enkele symptomen: je kan weinig verdragen. Je slaapt slecht en bent oververmoeid. Je voelt je lusteloos en hebt nergens zin in. Je wordt introvert en vermijdt sociaal contact. Je bent wanhopig op zoek naar een uitdaging. Vaak verstoppen we ons achter het druk-druk imago.

### Relatie en verschil met een burn-out.

Bij een **bore-out** blijf je te lang hangen in je **comfortzone**. Je hebt geen uitdaging en wordt niet (genoeg) geprikkeld om je grenzen te verleggen. Je zelfontwikkeling valt stil en je haalt niet langer voldoening uit je werk.

Mensen met een **burn-out** zijn te lang doorgedaan in hun **effortzone**: ze hebben hun grenzen te lang verlegd. Ze zijn overprikkeld en raken opgebrand.



Vrijwilligersstraat 8  
2340 Beerse  
Tel: 014 / 61 56 69



## Inschrijvingen Sinterklaasfeest.

Sinterklaas kapoentje gooi wat in mijn schoentje, gooi wat in mijn laarsje, dank je sinterklaasje. De voorbereidingen voor het spetterende sinterklaasfeest zijn in volle gang. Onze kleinsten zullen niet worden vergeten door de Sint dit jaar, daarom een oproep aan alle mama's en papa's schrijf jullie oogappeltjes hiervoor in **vóór 29/09/2017 (we verwachten van iedereen de inschrijving terug met de opgave van het aantal deelnemers en de gekozen geschenken)**. Diegenen die nog geen inschrijvingsformulier zijn komen afhalen of hebben ontvangen in hun postvak, gelieve hier achter te vragen!

**Na 29/09/2017 kan er niet meer worden bijbesteld! Dus wees er snel bij!**

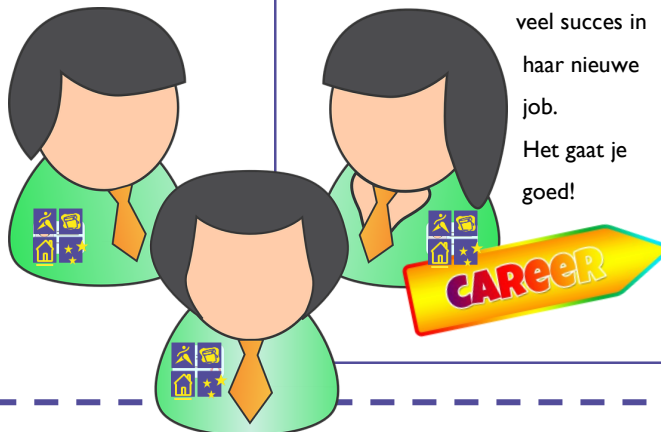


“Maak  
het  
water  
waarin je  
poetsproduct  
doet niet  
te warm,  
want dan  
verdamp  
het  
product.”

### Mededeling van algemeen nut.

Een aantal leden van de vakbondsbeveging hebben besloten om niet langer deel uit te maken van de werknemersafvaardiging. Jullie kunnen zich natuurlijk nog altijd richten tot de actieve leden n.l.: Ann Bosman (AVC), Broomans Alexandra (ACV), Wynants Agnes (ABVV) en Biermans Laurinda (BBTK). Je kan altijd een persoonlijk gesprek aanvragen met iemand van de syndicale afvaardiging via ons kantoor 'het onthaal' of rechtstreeks via e-mail:

[vakbond@dcobeerse.be](mailto:vakbond@dcobeerse.be)



### Carrièreswitch.

Jessica van den Heuvel heeft besloten om haar carrière een compleet andere wending te geven.

Wij wensen haar in ieder geval heel

veel succes in haar nieuwe job. Het gaat je goed!

### Allerlei.

Breng zeker je klanten van 's anderendaags nog op de hoogte bij ziektemeldingen die worden ingesproken of bij doktersattesten die in de bus worden gestoken **na de kantooruren!**

Als je klant vraagt om een boodschapje te doen, neem je best het vervoer van de klant. Doe je dit met je eigen vervoer, is dit op eigen risico.



### Opleidingen in het verschiet.

Dit najaar zullen er weer een aantal opleidingen ingepland worden o.a. de cursus 'Producten in combinatie met materialen' deze zal gegeven worden aan al onze werknemers die na 2014 in dienst zijn gekomen en aan diegenen die hiervoor ingetekend hebben. Er zijn hiervoor 8 opleidingsmomenten voorzien: 13/09 - 14/09 - 20/09 - 11/10 - 18/10 - 26/10 - 22/11 en 6/12. De cursus 'EHBO voor gevorderden' zal doorgaan op: 24/10 en 25/10. De opleidingsmomenten voor de cursus 'Ergonomie' zullen doorgaan op: 25/09 - 7/11 en 14/11. Dit jaar hebben wij ook gekozen om de opleiding "Verhoog je veerkracht en leer positief omgaan met stress" in te gelasten. Stress is een 'vies beestje' waar sommigen onder ons soms mee te kampen krijgen en daarom willen wij jullie de juiste tools geven om hier mee om te gaan. Diegenen die voor deze opleidingen ingetekend hebben zullen een persoonlijke uitnodiging ontvangen. De opleidingen worden **uitbetaald** en zijn **verplicht te volgen!**