

Nieuwsbrief | april 2020



Heel snel, heel veel leren

'De coronacrisis raakt mensen die bij het Rijk werken op verschillende manieren', schrijft voorzitter Marco Ouwehand. 'Door de huidige situatie denkt iedereen na over hoe hij zijn werk zo goed mogelijk kan blijven doen. Ook al hebben we hier zelf niet voor gekozen, we leren nu wat er dankzij technologie mogelijk is. Deze tijd fungeert in die zin als een snelkookpan van sociale innovatie, waarin we in korte tijd heel snel, heel veel leren.'

[Lees de blog van Marco](#)

In de spotlight: live meditaties van Mindful Rijk



Heb je behoefte aan een rustpunt op je (thuiswerk)dag? Even een moment voor jezelf om van daaruit met hernieuwde rust, focus en overzicht weer verder te gaan?

Het programma Mindful Rijk, georganiseerd vanuit het UBR Ontwikkelbedrijf, biedt sinds het uitbreken van de coronacrisis begeleide meditaties aan. Je kunt ze zowel live als op een zelf gekozen moment volgen.

- Iedere dinsdag en donderdag van 12.00 – 12.20 uur zendt Mindful Rijk Live Sessies uit op YouTube. De link vind je de voorafgaande ochtend op de [Mindful Rijk LinkedInpagina](#).
- Op [de website van Mindful Rijk](#) vind je de planning voor de YouTube Live Sessies en kun je de opnames terugvinden. Ook vind je hier extra meditaties.

Mindful Rijk wordt vanaf nu financieel ondersteund door het A+O-fonds Rijk. Zo willen we meer rijkmedewerkers laten kennismaken met het programma en met de voordelen van mindfulness voor gezond werken.

[Bezoek de website van Mindful Rijk](#)

Tips voor veilig en gezond thuiswerken



In de arbocatalogus Rijk zijn ook afspraken opgenomen over de werkplek thuis. Je vindt er tips over hoe je thuis je werk kunt organiseren en een gezonde en veilige werkplek kunt inrichten.

[Bekijk de tips voor thuiswerken](#)

Deel je ideeën om het werk te vernieuwen



Het A+O fonds Rijk werkt aan een stimuleringsregeling waarmee rijkmedewerkers hun ideeën om het werk te vernieuwen in de praktijk kunnen brengen. We zijn benieuwd welke kansen voor vernieuwing jullie zien op de werkvloer! Laat het ons weten. Met deze voorbeelden kunnen we de stimuleringsregeling duidelijk, concreet en passend maken.

[Deel je idee](#)

Activiteiten A+O fonds Rijk toegankelijk voor medewerkers Autoriteit Persoonsgegevens

De Autoriteit Persoonsgegevens (AP) heeft zich sinds 1 februari 2020 aangesloten bij het A+O fonds Rijk. Medewerkers van de AP kunnen vanaf die datum daarom ook gebruikmaken van het aanbod van ons fonds en deelnemen aan activiteiten.

[Lees meer over de aansluiting van de AP](#)

Meer werkplezier voor vrouwen in de overgang



De overgang bespreekbaar maken en de kennis daarover vergroten helpt de vele vrouwelijke medewerkers van het Rijk om hun werk goed en prettig te blijven doen in die lastige jaren. Dat is de gedachte achter het rijksbrede project In overgang, dat in 2019 startte met subsidie van A+O fonds Rijk. Het project bestaat uit twee elementen, vertelt beleidsmedewerker Monique Oudshoorn: een online community en formats voor allerlei trainingen, zoals trainingen voor medewerkers, leidinggevenden of HR.

[Lees het interview](#)

Regie over je werk, loopbaan en personeelsgeprek



Wil je meer uit je werk halen, ruimte creëren voor ontwikkeling naar een volgende loopbaan stap of meer regie kunnen nemen in je personeelsgesprek? Lees dan onze whitepaper 'Regie over werk en loopbaan' met tips en oefeningen om je professionele ruimte te benutten. De whitepaper is geschreven door Joost van der Stoep (die promoveerde op de kracht van professionele ruimte) en is gebaseerd op het 5R-analysemodel. Dat model is de basis voor personeelsgesprekken binnen het Rijk.

[Download de whitepaper](#)

Jouw e-mailabonnement

Deze mail is verstuurd aan {{email}}. Je ontvangt deze mailing op basis van de interesse die je hebt doorgegeven. Is je interesse veranderd, ga dan naar [profiel wijzigen](#).

Geen interesse in berichten van A+O fonds Rijk meer?

Ga dan naar [afmelden](#). Je ontvangt geen nieuwsbrief of VindingRijk meer.