

Transcriptie

17 juni 2025, 08:52a.m.

L **Liza Gan - van Iperen** 0:03

Over wat het wat is PLG staat voor professionele leergemeenschap dat bestaat uit 3 onderdelen. Het professionele onderdeel hè, je bent een team van 6 tot 12 professionals. Je bent bezig met een professioneel doel. Tweede onderdeel, dus je bent bezig met leren uitwisselen van kennis en ervaring en Samen leren. En Het is een gemengd gemeenschappelijk onder.

Dat betekent dat je met een vaste groep gestucte.

Geert overlegmomenten hebt Het is vooral geen toets of examen, hoe goed je iets doet. Het is ook geen intervisie waar je het wel mee kan vergelijken is een soort ja actie onderzoek waar je gemiddeld een jaar mee bezig bent. Zo'n vraag kan vanuit het management ontstaan of ja, vanuit de groep zelf.

En de POG is gericht op het verbeteren van onderwijs. Je maakt een doel of een presentatie presentatie met elkaar. Je deelt het actief en je implementeert het In de organisatie. Nou, Er zijn heel veel mooie tips die ze heeft gegeven. Waaronder ja, zo'n doel kan heel praktisch zijn, hè? Praktische module verbeteren, maar ook meer over hun zachte kant gaan. Ze heeft verteld over hoe zij dit bij de hand heeft gedaan. Ja en waarbij het de PLG echt gericht was, meer op een zachte kant.

Namelijk het landen van nieuwe internationale docenten. En daar hadden we Marcel Koolman aanwezig als ervaringsdeskundige. Die heeft het meegemaakt de PLG en vertelt over hoe het echt impact heeft gemaakt, hoe ja hoe zij zelf.

Vrouwen en stuurkracht hebben gekregen om eigenlijk nu binnen de hand bepaalde workshops op te tuigen of initiatieven te nemen, kan er nog heel veel over vertellen. Maar volgens mij moeten we de andere groepjes ook groepen ook aan het woord Laten. Dus ik vond het een waardevolle sessie.

M **miriamzwaan71** 2:00

Dankjewel Lisa, nou, volgens mij heb ik Alleen maar dingen gehoord die helemaal klopte, dus je hebt heel goed verteld.

De tweede workshop bij Rebecca, wie kan daar iets over vertellen?

ZP **Zarrea Plaisier** 2:10

Ja Miriam, dat zal ik vertellen. Hier is een reë van universiteit Tilburg. Het was een hele leuke fit break die werd geleid door Rebecca Zeits, fysiotherapeut op de TU Eindhoven. Wat gewoon heel fijn was. Je kunt oefeningen achter je bureau doen, geen sportkleding nodig. Je wordt niet helemaal in het zweet gewerkt. Het waren hele zachte, rustige stretch oefeningen, Ademhalingsoefeningen. Dus ik vond het heel gevarieerd en fijn en ja, in 20 minuutjes kun je je weer helemaal ja geëndert juist en vitaal lijst voelen hè? Ik gebruik wat Engelse woorden, want We hadden de sessie ook in het Engels.

Even belangrijk. Er werd nog gevraagd van goh, kunnen de oefeningen gedeeld worden? Daar ben ik nog even over in gesprek met Rebecca. Zij zal proberen om dat YouTube videos te vinden en ook te delen zodat hè de oefeningen ook herhaald kunnen worden, dus al met al heel fijn, heel verbindend en lekker even weg van het beeldscherm, dus Dat was mijn terugkoppeling terug naar jou en Miriam.

 **miriamzwaan71** 3:07

Ja dankjewel Serena nou, dat klinkt inderdaad hartstikke fijn. Het zou mooi zijn Als het gedeeld wordt inderdaad, want Iedereen kan dat wel gebruiken, hè? Wij zitten inmiddels ook al 1,5 uur, hé, Serge in jouw workshop, wie kan daar iets over vertellen?

 **Zarrea Plaisier** 3:10

Was het ook, ja.

Ja.

Precies.

Daarom Het is ga ik proberen te regelen, komt goed.

 **Charlie Raiser** 3:23

Ja, Ik kan Ik kan het wel even kort samenvatten. Wij hebben ook heel veel oefeningen meegekregen van Serge, allemaal kleine, korte, makkelijke oefeningen die je ook tussendoor kan doen om even te ontspannen even uit de auto. Pilot terug naar het hier en nu te komen en wervend jezelf in contact te komen en jezelf ook te vragen, wat is nu eigenlijk het wijze en zorgzame keuze voor mezelf dus hoe kan ik nu voor mezelf eigenlijk verder gaan?

Dus Het was heel fijn en al die oefeningen worden ook na afloop gedeeld, dus dat komt ook goed. Dankjewel Kirsten voor recessie.

M **miriamzwaan71** 4:06

Dat.

Dat klinkt helemaal helemaal goed en Serge kennende is dat een hele interessante fijne sessie geweest. Frank in jouw workshop, wie kan daar iets over vertellen?

G **Gutker de Geus, D.S. (Daantje)** 4:17

Wat kan ik wel even doen? Ik ben student lid van coronacommissie, dus dan weet je dat en Wij hebben eigenlijk een heel leuk inkijkje gekregen in nou in hoe het Vista College eigenlijk kijkt naar hoe studenten en medewerkers en de regio Samen kunnen werken aan de gezondheid en mentale welzijn van al die Mensen. Want Frank Schoonbrood, die is daar projectleider van en hij vertelde eigenlijk dat die organisatie Vista College is MBO college, dat daar super veel.

Mensen eigenlijk aan betrokken zijn dus medewerkers, studenten, maar ook van andere bedrijven. En eigenlijk heb je daarbij een heel grote populatie in, in dit geval Zuid Limburg, die allemaal ook aan hun eigen gezondheid kunnen werken en vanuit die visie werkt het Vista College eigenlijk met vis vista vitaal en ik vond het eigenlijk heel mooi dat zij.

Heel erg centraal stellen we zien jou, is het een beetje de slagzin en vanuit daar maken ze dan interventies om echt die ledereen te zien binnen die organisatie. En ja, daar hadden we heel veel mooie voorbeelden van, dus die had heel inspiratiefol was voor hoe je in je eigen organisatie, studenten, maar ook medewerkers en de regio kan betrekken in en gezondheid. Ja.

M **miriamzwaan71** 5:36

Nou, dat klinkt ook heel enthousiast, dankjewel en Ik kan me voorstellen hè Vista, gezien dat daar ook het woord vista vandaan komt gezien en gehoord worden is denk ik voor ledereen belangrijk, hè? Dat hebben we vandaag ook gezien voor docenten net zo belangrijk als voor studenten.

De laatste workshop daan, wie gaat daar iets over vertellen?

 **Frank Schoonbeek** 5:56

Ja, dat wil ik wel even doen. Ja, Ik was inderdaad bij de gezonde pitstop iets wat Nova college ontwikkeld heeft, of voor het welzijn van eigenlijk studenten, maar tegelijkertijd ook voor de medewerkers en wat Nova College doet, is het vitaal

burgerschap onderdeel wat in ieder geval gevolgd moet worden voor studenten. Daar hebben ze NOVA fit voor ontwikkeld, dus eigenlijk een programma dat gevoerd wordt in het eerste leerjaar. Alleen zou dat heel graag uit willen breiden naar de meerdere leerjaren, Alleen dat past gewoon niet, ook Omdat het financieel niet mogelijk is.

Zien dat tekort komt ook rondom door zenden, maar ook met huisvesting, dus Er is eigenlijk een manier bedacht om te gaan kijken. Hoe kunnen we het uitbreiden over meer leraren en het ook uitbreiden naar het dus en de medewerkers dus eigenlijk het Samen pakken en dat doen ze eigenlijk door positieve gezondheid toe te passen. Een methodiek die toch wel veel in het land op dit moment toegepast wordt. Ze hebben onderzoek gedaan door eigenlijk met team bij elkaar te gaan zitten. Van ja, wat kunnen we daar aan doen? En daarin hebben ze dus wel medewerkers als studenten betrokken en dat heeft eigenlijk geleid tot een ja een, een eigenlijk een gezonde pitstop, dus eigenlijk een fiets.

Een bakfiets waarmee ze naar de locaties toe gaan en daar worden eigenlijk die bakkers eigen veld met verschillende activiteiten en wordt eigenlijk gestart met positieve gezondheid. Dus studenten. Medewerkers kunnen daar tegelijk ter plekke de tests afnemen. Daar komen we uitslagen uit. Kunnen er ook dan reflecteren op zichzelf? Er worden ook vragen gesteld van, hoe gaat het met je, wat komt eruit en op basis daarvan kunnen ze dan weer keuzes maken en dat kan zijn dat er een beweegprogramma komt of dat er fruit staat en daar zijn ze afgelopen schooljaar mee gestart en dus eigenlijk een soort pilot.

Werkt best goed en dan gaan ze langzaam nu uitbreiden naar meer momenten meer centrale momenten ook in het jaar dus het themaweken bepaalde.

Evenementen die er plaatsvinden en voor medewerkers hebben ze dat bijvoorbeeld ook gedaan. Fiets naar je werkdag, een moment en ook voor werk en welzijns markt en dat heeft super goed gewerkt. Dus ja, ik werd heel enthousiast van en hopelijk kan dat leiden tot.

M

miriamzwaan71 7:50

Nou, ik hoor het en ook heel veel informatie klinkt. Klinkt goed. Mag ik de volgende slide? Nou, We hebben net even een korte terugkoppeling per workshop gehad van wat ik gehoord heb. Was het weer een hele mooie gevarieerde, een gevarieerd aanbod dus. Nou ja, inmiddels weten jullie dat van ons, hè? Wij maken daar werk van

om te zorgen dat jullie op verschillende manieren geïnspireerd raken. Ik hoop dat dat nu ook is geweest.



Frank Schoonbeek 7:53

Ja.



miriamzwaan71 8:19

Mocht je nog vragen hebben, stel ze gerust, die worden dan teruggekoppeld via de mail. De volgende online bijeenkomst is op 11 december. Ik zie heel veel Mensen al weggaan, dat snap ik, want Het is precies 11 uur dank jullie wel de volgende slide. Als je deze QR code scant, dan kom je al bij de de mogelijkheid om mee te denken over onze bijeenkomsten. En Als je de laatste slide nog even kan Laten zien. Ja blijf vooral in contact met ons. Schrijf je in voor de nieuwsbrief. We hebben een hele goeie LinkedIn groep, zowel voor het MBO, het HBOWO ik wens jullie een hele fijne dag namens de hele programmacommissie en Natuurlijk ook een fijne zomer en alvast en wij zien jullie heel graag in het najaar weer terug. Dank jullie wel allemaal.



Zarrea Plaisier 9:15

Dank jullie wel fijne zomer allemaal.



Liza Gan - van Iperen 9:16

Dank.



miriamzwaan71 9:17

Tot ziens.



Charlie Raiser 9:17

Dankjewel fijne zomer.



Liza Gan - van Iperen 9:19

Mooi bijeenkomst.



Sinsemilla Blokvoort 9:19

Nu doe.



Nanda van der Els 9:22

Blijven wij nog even hangen?



Charlie Raiser 9:25

Ja, voor wie kan van de programmacommissie kunnen wij nog even hangen blijven?



Nanda van der Els 9:25

Ja.

Even een slotwoord tje in het team.



Sinsemilla Blokvoort heeft de transcriptie gestopt