

Get connected &

FREE YOUR MIND!



Free your mind!

CORONA CULTUURSHOCK

Zonder het te beseffen, gingen we begin maart met heel Nederland op een bijzondere groepsreis. Of eigenlijk: met heel de wereld. Corona heeft ons in een collectieve wereldwijde cultuurshock gebracht. Zonder een stap buiten de deur te zetten zijn onze menselijke gewoonten en routines in de war geschopt en zoeken we massaal naar het nieuwe normaal.

Een unieke situatie die grote impact heeft. Op zowel individuen als bedrijven. Want hoe verloopt de reis die u als organisatie jaren geleden heeft ingezet? Kunnen we straks dezelfde koers blijven varen? En wat heeft maanden isolatie gedaan met de bemanningsleden? Wat is er bij iedereen gebeurd? Wat hebben ze mee gemaakt? Hebben zij allemaal nog wel hetzelfde doel voor ogen na deze cultuurshock?

Free your mind!

JOB DEMANDS & RESOURCES

Het Job Demands-Resources model (JD-R) is een veelgebruikte managementstool die het welzijn van werknemers monitort. Het model zegt dat er spanning ontstaat bij een onbalans tussen de eisen van de functie en de middelen die de werknemer heeft om aan die eisen te voldoen. Dus; kost een baan energie of levert het energie op?

In deze corona-tijd worden er andere, nieuwe eisen aan de werknemers gesteld. Thuiswerken vraagt om o.a. om discipline, pro-activiteit en zelfredzaamheid. In combinatie met een veeleisend gezinsleven worden de 'job-demands' hoger. En dit kan tot extra spanning leiden.

Het is voor organisaties dan ook van essentieel belang om ook de 'resources' te stimuleren om onbalans (en uitval) te voorkomen. Belangrijke energiebronnen zijn aandacht, begeleiding en feedback.



Get connected &

FREE YOUR MIND!

Free your Mind! biedt organisaties de mogelijkheid om in gesprek te raken met haar werknemers. In een veilige setting, zowel mentaal als fysiek. Het gesprek dat juist nu zo ontzettend hard nodig is. Want hoe staat het met de collectieve reis van de organisatie? Is iedereen nog wel aangehaakt? Liep men soms verloren of was er een duidelijk routeboek? Is de hele groep nog bij elkaar?

Free your Mind! is een programma dat inspireert, reflecteert, ontspant en ontroert. Soms diep op de inhoud, dan weer met een gulle lach. De ene keer met slechts een goede moderator, een andere keer met passende extra's.

Free your Mind biedt een goede oplossing voor de (post) corona periode. Maar is uiteindelijk dé perfecte tool in alle tijden.

Get connected &

FREE YOUR MIND!

Organisaties zijn doorgedaan, werknemers ook. Maar iedereen heeft van alles meegemaakt. Positief en negatief. Wanneer de wereld straks weer langzaam op gang komt zullen er verschillen zijn ontstaan; bewust of onbewust.

Free your Mind! geeft organisaties de kans om de horloges weer gelijk te zetten, de koers opnieuw te bepalen. Een programma waarin alle deelnemers hun rugzak met corona-ervaringen kunnen legen en met elkaar kunnen delen. Een collectieve reflectie op een unieke periode. Om daarna 'bevrijd' weer verder te kunnen gaan. In onderlinge verbondenheid. In een live setting...of online met de collega's in Zuid-Amerika.



**“EEN ACT OF COMPLEET
PROGRAMMA WAARIN
ERVARINGEN WORDEN GEDEELD
EN DE BETROKKENHEID WORDT
VERGROOT”.**

Free your mind!

PRESENTATOR

Presentator Rens Merkelbach is dé veelzijdige host die *Free your Mind!* iedere keer weer tot een succes maakt. Als geen ander voelt hij de sfeer van de zaal aan en speelt hij hier direct op in.

Rens zorgt voor een fysiek en mentaal veilige omgeving voor de gasten. Zodat zij vanaf de start hun verhalen kunnen delen, met een lach en een traan.

En wanneer het nodig is stuurt Rens precies die hoeveelheid energie de zaal in om de gestelde doelen te bereiken.



“WAT IS DE BELANGRIJKSTE ONTWIKKELING VAN DE LAATSTE 3 MAANDEN?”

“WAT BETEKENT DIT VOOR JOU PERSOONLIJK?”

“WAT BETEKENT DIT VOOR ONS ALLEMAAL?”

“VERANDERT DIT ONZE GEZAMENLIJKE ROUTE?”

Free your mind!

OPTIE A

De basisvariant van *Free your mind!* biedt een heerlijk podiumprogramma met impact. Een uur lang draait alles om betrokkenheid en verbinding. Van uw gasten. Met uw organisatie. In complexe tijden met elkaar.

Vaste programmaonderdelen:

- Intro en zaalinteractie
- Top 10 ervaringen en begrippen
- Corona-Quiz
- Wrap up met vervolgacties voor de komende tijd



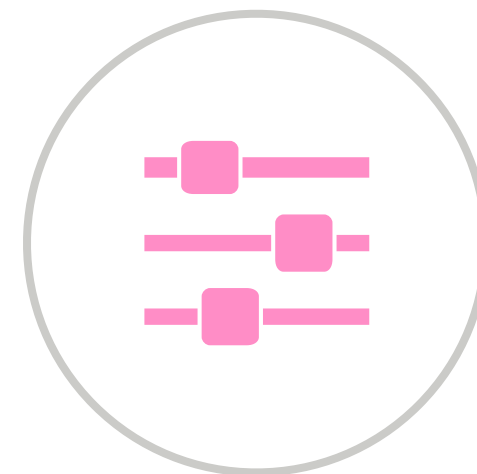
Interactief programma

Een programma van circa 60 minuten dat veilig is; zowel fysiek als mentaal. Soms inhoudelijk en serieus, dan weer luchtig en met humor. Om alle rugzakken te legen en samen vooruit te kijken.



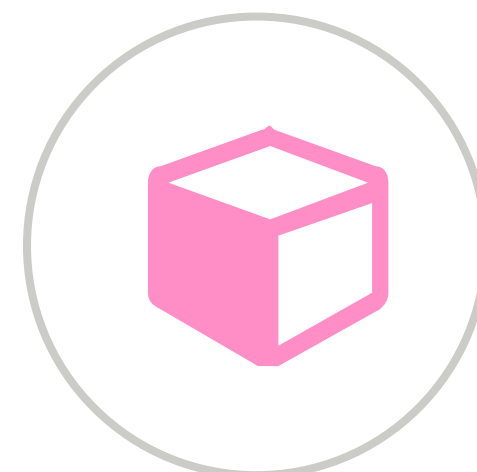
Moderator

Een ervaren presentator die altijd precies de juiste balans weet te vinden. Tussen praten en luisteren, rust en reuring, een lach en een traan.



Techniek

Free your mind! komt inclusief basis licht en geluid tot 100 personen en een 85" beeldscherm.



Aankleding

Voor optimale communicatie zijn vorm en inhoud met elkaar in balans. *Free your mind!* heeft een aantrekkelijke podiumsetting en voor iedere gast een tekstballon en stift.



Free your mind!

OPTIE B

Het programma van *Free your mind!* kan op verschillende manieren worden uitgebreid tot een evenement met maximale impact.

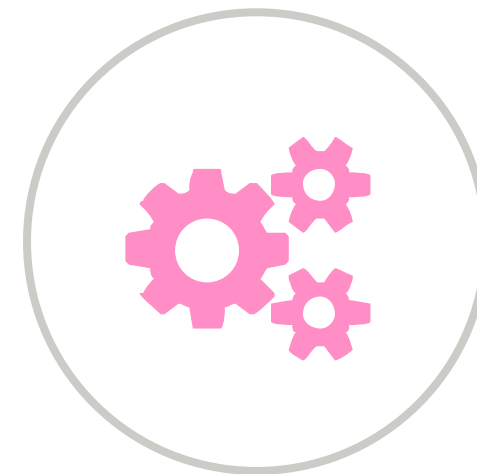
Vaste onderdelen:

- Optie A
- Uitnodigingstraject
- 4 activiteiten naar keuze
- Live band



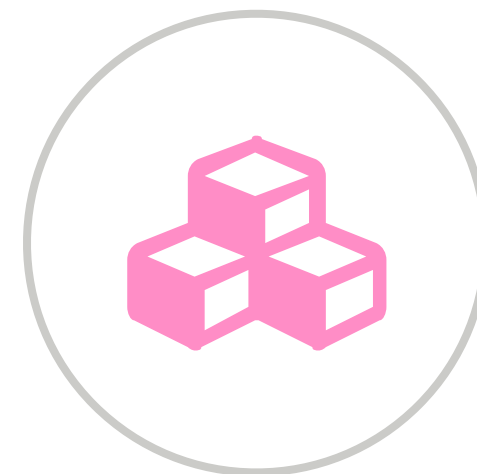
Uitnodigingstraject

Wanneer u wilt dat *Free your mind!* meer is dan een eenmalig programma met impact, dan kunt u dit inbedden in een op maat gemaakt uitnodigingstraject. Voor maximaal resultaat.



Activiteitenprogramma

Het podiumprogramma is de kern van een dagdeel vol activiteiten. Inhoudelijk, teamversterkend of met humor. Maar altijd met het grote doel voor ogen; optimale betrokkenheid en verwerking van de ervaringen.



Aankleding en inrichting

Het resultaat is het grootst wanneer de beleving maximaal is. Dus creëren we die sfeer waar iedereen door geïnspireerd raakt. Think Big Stuff



Entertainment

Free your mind! kan uitgebreid worden met allerlei vormen van entertainment. Zowel in het inhoudelijke programma als bij de omlijsting. Zolang het maar bijdraagt aan de doelstelling.

Free your Mind!

ACTIVITEITEN



Schreeuwkoor



Cartoon tekenen



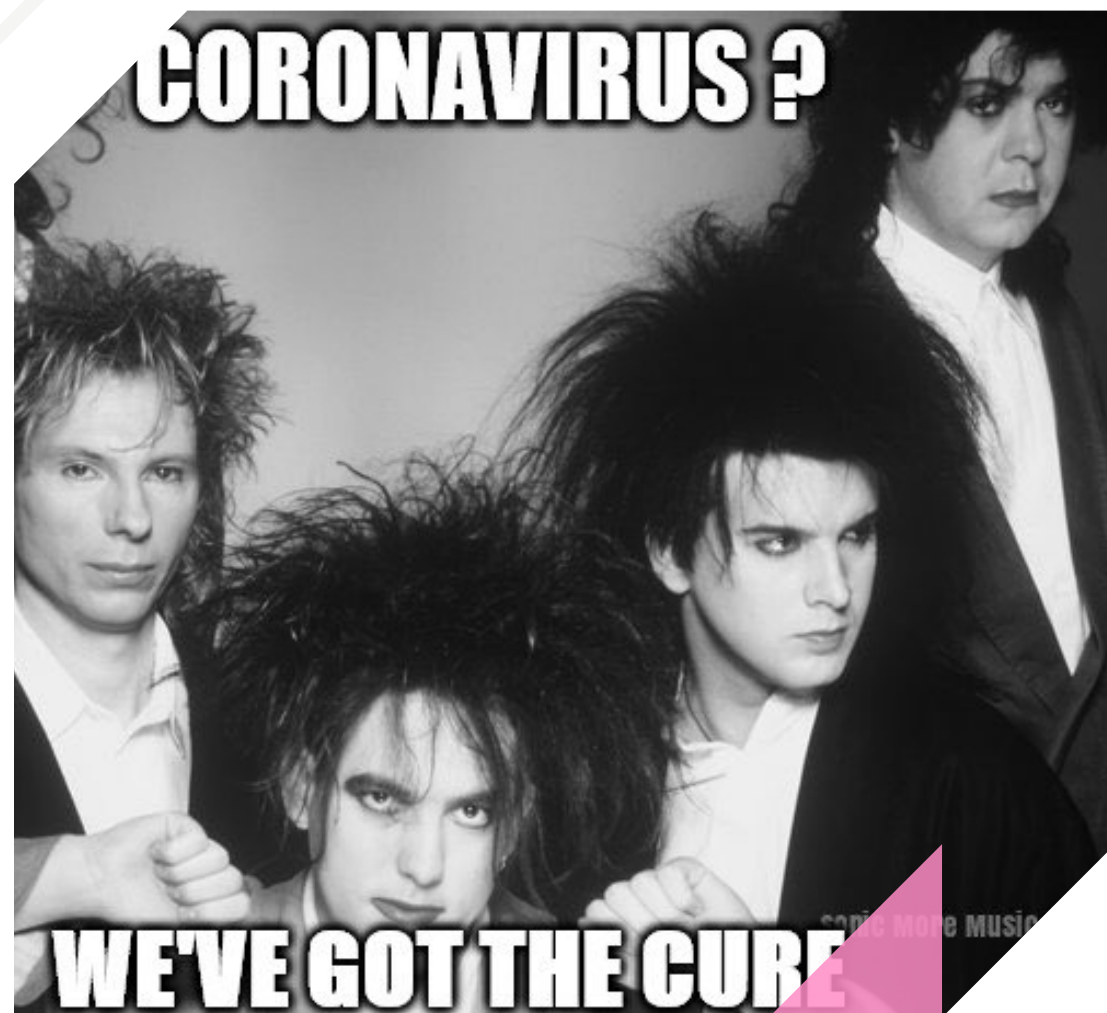
Pubquiz



Rap maken

Free your Mind!

ACTIVITEITEN



Meme maken



Pimp je mondkapje



Schilderen



Trofee maken

Free your mind!

Optie A
€3.450

Optie B
€12.500

| | | |
|------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| Presentator / moderator | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> |
| Podiumdecor | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> |
| Basis licht / geluid / beeld | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> |
| Tekstballonnen + stiften | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> |
| 4 activiteiten | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> |
| Extra licht / geluid / beeld | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> |
| Uitnodigingstraject | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> |
| Band | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> |



BIG STUFF

Get Connected &

FREE YOUR MIND!

Zonder een stap buiten de deur te zetten staan onze menselijke gewoonten en routines op zijn kop. We zoeken massaal naar het nieuwe normaal. Een unieke situatie die grote impact heeft. Op zowel individuen als organisaties. Wat is er de afgelopen tijd bij iedereen gebeurd? En heeft iedereen nog wel hetzelfde doel voor ogen?

Het is uw taak om er voor te zorgen dat de energie van uw medewerkers in balans blijft. Dat zij in deze unieke tijd positief blijven. Aandacht en feedback zijn hierbij van groot belang.

Free your Mind! is een programma in 2 varianten waarin ervaringen worden gedeeld, de betrokkenheid wordt vergroot en vooruit wordt gekeken.

Presentator Rens Merkelbach gaat in gesprek met uw gasten, maar doet meer dan dat. Al improviserend zet hij precies die middelen in die nodig zijn om iedereen weer samen op weg te krijgen. Soms een spel, soms een zaal discussie. Dan een video of een mooi interview. Met een lach en een traan...en een duidelijk doel voor ogen.