

7 manieren om een vergadering mee in te checken

1

Hier en nu

Start de vergadering met een snelle meditatie of mindfulness-oefening om iedereen in het moment te krijgen en de geest helder te maken.

Tip: gebruik de VGZ-app



2

Nieuws

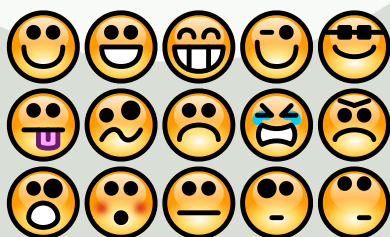
Vraag elke persoon welk nieuws hem of haar heeft beziggehouden.



Gemoed

3.

Laat de teamleden een woord of zin zeggen die hun huidige gevoelens of gemoedstoestand het beste omschrijft.



4.

Doel

1. Vraag iedereen om een doel te stellen. Dit kan helpen om de focus te behouden en iedereen gemotiveerd te houden.



5.

Citaat

Vraag elk teamlid om hun favoriete citaat of motto te delen en leg uit waarom het hen inspireert.



6.

Momentje

Laat elk teamlid een hoogtepunt delen van afgelopen week. Dit kan helpen om een positieve sfeer te creëren.



7.

Feitje

Vertel een feitje wat de anderen nog niet van je weten.



Tip;

Op internet is veel te vinden.
Een check in bevordert verbinding- wat goed is voor werkplezier.
Hou het tempo hoog.