

Zuurstofdagen



22-23-24-25 april 2024



Zuurstofdagen

De Zuurstofdagen zijn intussen een echte hit!
Van 22 tot en met 25 april kan je weer volop genieten van allerlei boeiende workshops.

Delen, Duurzaam en Digitaal inclusief zijn de speerpunten van ons beleidsplan. Je vindt deze ook terug in het zuurstofaanbod. Digitaal spreekt voor zich, Delen doen deelnemers tijdens de sessies, en Duurzaam betekent dat we niet alleen zuurstof proberen te bieden, maar ook mikken op grote en kleine blijvertjes.

Hoewel alle workshops **gratis** zijn, merken we helaas op dat er vaak **last minute annuleringen** plaatsvinden, waardoor er onnodig lege stoelen ontstaan. Dat is niet alleen jammer voor de enthousiaste docenten, maar het beïnvloedt ook de dynamiek van de groep. Bovendien is het ook weinig realistisch om minder dan 14 dagen voor de workshop nog te verwachten dat mensen van onze reservelijst zich alsnog zullen aanpassen om aan te sluiten.

Om hier een oplossing voor te vinden, voeren we vanaf nu een aangepast **annuleringsbeleid** in.

Als je besluit om **binnen 14 dagen voor aanvang van de workshop te annuleren**, brengen we een **kost van € 50** in rekening, ongeacht de reden van afwezigheid.

Goed nieuws is dat deze kost vervalt als je zelf voor een vervanger zorgt die jouw plek inneemt. Op die manier blijft de energie hoog en kunnen anderen genieten van de workshop.

We hopen op je begrip, want dit draagt bij aan een vlotte organisatie en de kwaliteit van de workshops.

Blader snel door de brochure, maak je keuze, schrijf je in, en duik in deze geweldige ervaring!

Wij wensen je een flinke dosis zuurstof toe.

Het Taborgroep-team



Zuurstofdagen

Hoe inschrijven ?

Inschrijven kan pas vanaf woensdag 20 maart (14u00).

Elke workshop heeft een eigen inschrijvingslink !

(zie button bij elke opleiding)

Je kan je nog steeds voor meerdere workshops inschrijven, maar dat kan niet langer in één keer: voor elke workshop gebruik je een andere link. Zo maakt iedereen evenveel kans een plaatsje te reserveren. We hanteren hierbij het principe 'first in, first served'. Dus bedenk vooraf goed welke workshop jouw voorkeur geniet.

Werkwijze:

- Klik op de button 'Inschrijven' naast de opleiding van je keuze.
- De inschrijvingstool opent zich. Klik op 'Een plek reserveren of 'get ticket'
- Vul de juiste contactgegevens in (nl. die van de deelnemer) en bevestig door op 'Registreer' te klikken.

De opgegeven contactgegevens worden enkel gebruikt in functie van de opleiding. Het **correcte e-mailadres van de deelnemer** is hierbij heel belangrijk!

Dit voor het toesturen van:

- de bevestigingsmail voor deelname,
- de link voor deelname aan online workshops,
- voorbereidende documenten en opdrachten,
- het vormingsattest,
- het verlenen van toegang tot het digitale platform met de opleidingsdocumenten.

Is een **workshop volzet**, registreer je op de wachtlijst. Komt er een plaatsje vrij, dan geven wij je een seintje.

Wil je er zeker bij zijn?

Zet dan 20 maart - 14 uur met stip in je agenda!

Om onze **workshops gratis**

te kunnen blijven aanbieden, rekenen wij op jouw aanwezigheid!



Gewijzigde annulatievoorwaarden

Ben je ingeschreven voor een opleiding, maar kan je niet langer deelnemen? Dan zijn volgende annulatievoorwaarden van toepassing:

1. Bij annulatie vóór 14 kalenderdagen voor de start van de opleiding, is geen kost verschuldigd.
2. Bij annulatie vanaf 14 kalenderdagen voor de start van de opleiding, wordt een kost van € 50 in rekening gebracht, ongeacht de reden van afwezigheid.
3. De annulatiekost komt te vervallen als je zelf voor een vervanger zorgt die jouw plek inneemt.

Bevestig steeds je annulatie schriftelijk door een mail te sturen naar zuurstof@tabor.be



PROGRAMMA 2024

maandag 22 april

Niet alles tegelijk, hé! Breinvriendelijk leven en werken - Erna Claes, Freelance
Nee zeggen: waarom het zo belangrijk, maar ook zo moeilijk is - Nele Colle, Freelance
Snel en efficiënt stress en spanning loslaten met TRE - Karin Nolmans, DialogoPlus

dinsdag 23 april

Bruggen bouwen: Meester worden in communicatie en het omgaan met verschillen - Justine Devos, Compaan
Hoe gids ik jongeren/volwassenen met faalangst naar meer zelfvertrouwen? - Heleen Gadeyne, Freelance

woensdag 24 april

Ai, ai ... Al gebruiken in ons werk? - Tom Demeulenaere, Taborgroep
Als het kriebelt moet je ... craften - Melissa Plasschaert, Taborgroep
Innerlijke rust: ontdek yin yoga en yoga nidra - Elise T'Hooft, My Inner Sparkle
Creër jouw eigen visionboard - Elise T'Hooft, My Inner Sparkle

donderdag 25 april

Inspirerend coachen - Eva Lemay, Taborgroep
"Oplossingsgericht", hoe zo? (introductie) - Hannelore Volckaert, Taborgroep
"Oplossingsgericht", hoe zo? (oefensessie) - Hannelore Volckaert, Taborgroep
Trauma & herstel - Sylvie De Paepe, Praktijk Muze
Zelfzorg in verbinding - Lieve Peeters, Taborgroep

Waar gaan de Zuurstofdagen door?

Op één na gaan alle workshops door in:

Taborgroep Netwerkhuis, Molenaarsstraat 26, 9000 Gent.

Uitzondering: de workshop 'Zelfzorg in verbinding' gaat door in het Drongengoedbos, te Aalter.

Alle workshops starten stipt op het aangegeven uur.



Niet alles tegelijk, hé! Breinvriendelijk leven en werken

maandag
22 april
09u00-12u30

Locatie:
Netwerkhuis
Molenaarsstraat 26,
Gent

Begeleiding:
Erna Claes
dr. in de psychologie,
trainer-adviseur

[Inschrijven](#)

Vraag jij je soms ook af, hoeveel levens je tegelijk leeft? Heb je ook het gevoel dat iedereen voortdurend roept en iedereen je nodig heeft, dat je overal tegelijk moet zijn? Dat de hoeveelheid info en verwachtingen die er op ons afkomen, groter zijn geworden dan de tijd, de energie en de man(vrouw)-kracht die we hebben? Ben jij dan ook vooral mentaal moe, heb je moeite om je te concentreren, je focus te bewaken en dingen af te krijgen, dingen te onthouden maar vooral ook mentaal los te laten?

We willen eigenlijk te veel. Niet alleen op het werk proberen we te veel dingen tegelijkertijd te doen, maar ook privé. De "klassieke" timemanagement principes zijn onvoldoende om tegemoet te komen aan de hoeveelheid en de snelheid waarop werk en info op ons afkomt. Hoewel stress van alle tijden is, blijkt vandaag de dag de mentale overbelasting een stijgend probleem te zijn.

Tijdens de workshop kijken we naar de hedendaagse tendensen en uitdagingen m.b.t. ons mentaal functioneren en de neurobiologie van ons brein. We gaan na hoe we anders kunnen omgaan met deze "waan van de dag" vanuit de principes van aandacht- en energiemangement. We bekijken de mythe van het multitasken en gaan na hoe je overbelasting van je brein kan voorkomen. We kijken hoe je je mentale weerbaarheid kan bewaken en hoe werk en leven terug in balans kunnen komen. We gaan na hoe we beter mentaal kunnen "loslaten" en hoe we met energie aan het werk kunnen blijven.

Nee zeggen: waarom het zo belangrijk, maar ook zo moeilijk is

maandag
22 april
13u30-16u30

Locatie:
Netwerkhuis
Molenaarsstraat 26,
Gent

Begeleiding:
Nele Colle,
Freelance

[Inschrijven](#)

Nee zeggen, keuzes maken en grenzen stellen, het was nog nooit zo belangrijk. Vaak weten we wel dat we het beter zouden doen, maar toch zeggen we dan toch weer ja.

Nele Colle is leerkracht, opruimcoach, auteur en spreker. Voor haar 2de boek trok ze op onderzoek uit en leerde waarom het toch zo moeilijk is om die nee te zeggen, en hoe we het toch kunnen doen. Ze deelt het graag met jou in deze workshop!

In deze workshop bekijken we wat jou tegenhoudt, hoe jij dan wel beter je grenzen kan leren stellen én waarom je dat zou moeten doen. Geen pleidooi voor een egoïstisch leven, of opstand tegen je baas, maar een workshop vol inzichten, motivatie en tips voor een rijker en gelukkiger leven.

Snel en efficiënt stress & spanning loslaten met TRE

maandag
22 april
9u00-16u30

Locatie:

Netwerkhuis
Molenaarsstraat 26,
Gent

Begeleiding:

Karin Nolmans,
DialogoPlus

[Inschrijven](#)

Angst, boosheid, verdriet, stress en trauma laten sporen na die zich onbewust opstapelen in je spieren. Dat leidt tot klachten zoals rugpijn, schouder- en nekpijn, darmklachten of slapeeloosheid.

TRE - Tension & Trauma Release Exercises - zijn een serie oefeningen om deze chronisch aanwezige spanning op een lichte fysieke manier te ontladen. TRE is een fantastische techniek, omdat het zo eenvoudig, veilig en effectief is om spanning en stress los te laten. Het helpt jou om terug rustig te worden en in evenwicht te komen. Je kan TRE ook preventief doen.

Praten tijdens de workshop hoeft niet als je daar geen zin in hebt. Gewoon de oefeningen doen en je lichaam doet het werk voor jou. Felle gevoelens worden zo getemperd en vinden een andere weg naar buiten. Nadien voel jij je heerlijk ontspannen.

Deze dag is voor iedereen die een manier wil vinden om eigen dagelijkse stress te verminderen. Door actieve deelname ervaar je zelf de effecten en de kracht van TRE.

Je hoeft niet sportief of lenig te zijn. De oefeningen zijn aanpasbaar op elk niveau.

Draag losse kledij en breng een matje, een deken en/of kussen mee.

Pauses

In elke workshop is een korte break voorzien, zowel in de voormiddag als in de namiddag.

In de foyer kan je dan genieten van **gratis** koffie, thee of water.

De middagpauze gaat door tussen 12u30 en 13u30.

Lunch

Reserveer je broodjeslunch

onmiddellijk bij je inschrijving!

€ 6 voor 3 belegde broodjes

ter plaatse te betalen (cash of Payconiq)

Opgelet: op de dag van de opleiding zelf kan je GEEN broodjes meer bestellen!

Jouw eigen lunchpakket meebrengen mag natuurlijk ook.

Bruggen bouwen:

Meester worden in communicatie en het omgaan met verschillen

dinsdag

23 april

9u30-16u30

Locatie:

Netwerkhuis

Molenaarsstraat 26,

Gent

Begeleiding:

Justine Devos,

Compaan

Inschrijven

Begrijp je soms niet waarom een eenvoudige boodschap tot misverstanden of irritaties kan leiden?

Denk je weleens: "Zo bedoelde ik het niet!" of "van waar zo'n heftige reactie?" Dit zijn momenten die ons allen bekend voorkomen!

Vaak zijn ze het gevolg van diepgewortelde psychologische reflexen die je communicatie beïnvloeden.

Hierdoor raak je verstrikt in eigen aannames en ben je niet in staat om de werkelijke boodschap van de ander te horen of te begrijpen, waardoor de essentie van de communicatie verloren gaat.

De sleutel ligt onder meer in het begrijpen van je eigen 'rugzak' én die van de ander: de unieke verzameling van normen, waarden en vooroordelen die we allemaal met ons meedragen.

In deze vorming duiken we in de mechanismen van communicatie, het omgaan met verschillen, conflictbeheersing, en hoe we weerstand kunnen zien als een kans voor groei.

Je krijgt praktische inzichten en strategieën aangeboden, verrijkt met de bespreking van relevante cases, om deze uitdagingen om te zetten in kansen voor persoonlijke en professionele ontwikkeling.

Hoe gids ik jongeren/volwassenen met faalangst naar meer zelfvertrouwen?

Een oplossingsgerichte aanpak voor mensen met faalangst.

dinsdag

23 april

9u30-16u30

Locatie:

Netwerkhuis

Molenaarsstraat 26,

Gent

Begeleiding:

Heleen Gadeyne,

Freelance

Inschrijven

Hoe kan je iemand op een oplossingsgerichte manier succesvol begeleiden van faalangst naar meer zelfvertrouwen?

Naast theorie en talrijke praktijkvoorbeelden, krijg je de kans om aan de hand van praktische oefeningen, de coachingsvaardigheden in de aanpak van faalangst in de vingers te krijgen.

Verwacht je in deze workshop aan heel wat inspiratie, een oplossingsgerichte leidraad voor een krachtgerichte faalangstaanpak, veel inoefenen & uitwisselen. Je zal ervaren dat je, aan de hand van enkele gesprekken, al een heel eind op weg kan in het groeiproces naar meer zelfvertrouwen. Het duidelijke kader en concrete handvaten worden hierin heel erg geapprecieerd.

NB. De aanpak is vooral talig en vraagt het vermogen van de cliënt/doelgroep om reflectief aan de slag te gaan.



**Datum
gewijzigd**

woensdag
24 april
09u30-12u30

Locatie:

Netwerkhuis
Molenaarsstraat 26,
Gent

Begeleiding:

Tom Demeulenaere,
Taborgroep

Inschrijven

Ai ai ... AI gebruiken in ons werk

Over AI (Artificiële Intelligentie) hoor en lees je dezer dagen heel veel: “Ingrijpender dan de uitvinding van het internet!” – “Worden veel jobs overbodig door AI?” – enz.

Er voor of tegen zijn is eigenlijk geen echte keuze: het *is* er al. Maar ben je nieuwsgierig naar een aantal snel bruikbare tips? Wil je graag Chat GPT leren gebruiken? Ben je benieuwd naar wat AI allemaal kan?

Tijdens de workshop gaan we direct aan de slag: géén theorie, géén uiteenzettingen, maar doen. Samen inzichten verzamelen. Tools verkennen. Onder begeleiding van Tom Demeulenaere die op al jouw vragen een antwoord weet (desnoods vraagt hij het zelf aan Chat GPT!).

Breng zelf een laptop mee...

Als het kriebelt moet je ... craften

We moeten met zijn allen steeds langer werken. En wie doet dat niet graag in een uitdagende en motiverende job? Jobcraftingtechnieken helpen je om zelf actief te sleutelen aan je job zodanig dat je werk optimaal aansluit bij je motivatie en talenten.

Tijdens deze workshop maak je kennis met het principe van jobcraften en ontdek je waarom jobcraften zinvol is. We gaan daarna meteen aan de slag met de eigen functie en zoeken naar mogelijke kleine aanpassingen binnen je takenpakket, werkrelaties, werkomgeving of de betekenis die je aan het werk geeft. Je hebt altijd bepaalde vrijheidsgraden in je werk. Door die te verkennen krijg je zicht op de mogelijkheden om je werk op onderdelen aan te passen. Het is interessant om die te ontdekken. En er iets mee te doen!

Het wordt dus een erg interactieve workshop. Kriebelt het ook al bij jou...?

woensdag
24 april
09u30-12u30

Locatie:

Netwerkhuis
Molenaarsstraat 26,
Gent

Begeleiding:

Melissa Plasschaert,
Taborgroep

Inschrijven

Innerlijke rust: ontdek yin yoga en yoga nidra

woensdag
24 april
09u30-12u30

Locatie:

Netwerkhuis
Molenaarsstraat 26,
Gent

Begeleiding:

Elise T'Hooft,
My Inner Sparkle

[Inschrijven](#)

Heb je nood aan een moment voor jezelf? Kom dan kennismaken met yin yoga en yoga nidra.

Dit zijn twee zachte, meditatieve vormen van yoga waarbij je gaat vertragen, verstillen en in verbinding komt met jezelf.

Bij **yin yoga** houd je gedurende een langere tijd een bepaalde houding aan, dit beïnvloedt zowel ons lichaam als onze mind. Je hoeft geen yoga-ervaring te hebben of bijzonder flexibel te zijn om hieraan deel te nemen.

Bij **yoga nidra** blijf je de hele tijd in een ontspannende houding liggen en word je meegenomen in een diepe meditatie met als doel om volledig te ontspannen.

Tijdens deze sessie leer je verschillende houdingen aan die je ook thuis kan beoefenen. Na afloop ontvang je een overzicht van deze houdingen.

Deelnemers dragen comfortabele kledij en warme kousen en brengen een yogamatje, deken en kussen mee.

Creëer jouw eigen visionboard

woensdag
24 april
13u30-16u30

Locatie:

Netwerkhuis
Molenaarsstraat 26,
Gent

Begeleiding:

Elise T'Hooft,
My Inner Sparkle

[Inschrijven](#)

*Een beeld zegt meer dan
1000 woorden.*

Ben je klaar om jouw eigen pad te bewandelen? Waar verlang jij nog naar? Wat wil jij graag nog bereiken?

Tijdens de workshop 'Creëer jouw eigen visionboard' ga je aan de slag met jouw verlangens, dromen en wensen en geef je deze vorm door ze te visualiseren. Je wordt begeleid om uit je hoofd te gaan en naar jouw hart te luisteren. Een visionboard kan je richting geven om jouw focus verder te bepalen.

Je gaat naar huis met jouw eigen visionboard, waarop je in één oogopslag kan zien wat jouw diepste verlangens, dromen en wensen zijn. Een fijne dagelijkse reminder voor jezelf.



donderdag
25 april
9u30-16u30

Locatie:
Netwerkhuis
Molenaarsstraat 26, Gent

Begeleiding:
Eva Lemay,
Taborgroep

[Inschrijven](#)

donderdag
25 april
9u30-12u30

Locatie:
Netwerkhuis
Molenaarsstraat 26, Gent

Begeleiding:
Hannelore Volckaert,
Taborgroep

[Inschrijven](#)

donderdag
25 april
13u30-16u30

Locatie:
Netwerkhuis
Molenaarsstraat 26, Gent

Begeleiding:
Hannelore Vockaert,
Taborgroep

[Inschrijven](#)

Inspirerend coachen

Je bent leerkracht, verpleegkundige, opvoeder; je bent vader/moeder; je bent collega, vriend/ vriendin en misschien kreeg je ook de kans stagebegeleider, stagementor of coach te worden.

Veel rollen waarin je mensen feedback geeft, mensen stuurt, mensen begeleidt, waarin je mensen uitdaagt te groeien. Wie wil je voor hen zijn? Wat wil je voor hen betekenen? Wat doe je met hen? En wat doen zij met jou?

Tijdens deze interactieve dag gaan we op introspectie, verkennen we onze eigen energie- gevers en -nemers. We verkennen hoe je er nog beter in slaagt een positieve, motiverende, inspirerende coach te zijn voor jouw stagiair, jouw nieuwe collega, jouw zoon of dochter.

De opleiding is voor iedereen die mensen begeleidt en bereid is om in eigen boezem te kijken.

"Oplossingsgericht", hoe zo? (introductie)

Oplossingsgericht werken is een krachtig kader om met mensen, groepen, teams, organisaties aan de slag te gaan.

Wie 'oplossingsgericht' werkt met mensen, gaat vooral uit van positieve en werkbare assumpties over mensen. Radicaal, fundamenteel respectvol én dus ontzettend krachtig. Wie op deze manier aan de slag gaat, merkt snel de grote impact op de daadkracht en het zelfsturend vermogen van mensen. Oplossingsgericht werken helpt individuen, groepen, teams, organisaties om (weer) grip te krijgen op de situatie, met focus op wat écht effectief is. Hierdoor kom je met oplossingsgericht werken in kortere tijd en met minder energieverlies tot gewenste resultaten.

Wil je komen proeven? Ben je benieuwd naar wat het is? Wil je graag een introductie of een opfrissing? Heb je nog veel vragen? Welkom!

"Oplossingsgericht", hoe zo? (oefensessie)

We krijgen vaak van deelnemers die kennis maakten met het oplossingsgericht denkkader de vraag naar oefenmogelijkheid. We gaan hiervoor een namiddag vrijmaken en oefenen in oplossingsgericht opmerken, vragen stellen, luisteren, basishouding, ... enz.

Dus: heb je al een intro gevolgd over oplossingsgericht werken en wil je graag oefenen en/of aan de slag met jouw specifieke vragen, kom dan zeker langs. We maken er een leerrijke, interactieve en vooral actieve namiddag van.

Deelnemers die in de voormiddag de introductie-workshop hebben gevolgd, zijn zeker welkom op deze namiddag. Op deze manier kan je de inzichten van de voormiddag onmiddellijk in praktijk brengen.

Trauma en herstel

Basisprincipes & praktische tools

bij het omgaan met en herstel van traumatische ervaringen

donderdag
25 april
10u00-16u30

Locatie:

Netwerkhuis
Molenaarsstraat 26,
Gent

Begeleiding:

Sylvie De Paepe,
Praktijk Muze

Inschrijven

In je job als hulpverlener, (zorg)leerkracht, maatschappelijk werker, opvoeder, verpleger, ... bots je op levensverhalen vol passie en vreugde, maar ook verhalen van twijfels, angsten of zelfs trauma. Wat gebeurt er dan en hoe ondersteun je mensen in hun herstel?

In deze interactieve, ervarings- en oplossingsgerichte vorming komen volgende thema's aan bod:

- **Impact & Mechanismen van trauma:** Wat is trauma? Hoe nestelt trauma zich in ons? Wat gebeurt er dan precies in je hart, je lichaam en je geest? Welke impact kan trauma nog hebben op ons leven?
- **Herstel van trauma:** Mogelijk signaalgedrag bij mensen met traumatische ervaring(en).
- **Praktische tools:** Hoe ondersteun je kinderen, jongeren en volwassenen in hun herstel? Op welke manier ga je best met hen om (do's & don'ts)? Hoe versterk je hun veerkracht na trauma?

Deze workshop richt zich tot hulpverleners, (zorg)leerkrachten & andere ondersteuners (0de & 1stelijns hulpverlening).

Zelfzorg in verbinding

donderdag
25 april
10u00-15u00

Locatie:

Drongengoedbos, Ursel
(de juiste startplaats en de voorbereidende opdracht worden nog per mail meegedeeld)

Begeleiding:

Lieve Peeters,
Taborgroep

Inschrijven

Je kunt pas goed voor iemand zorgen als je goed voor jezelf zorgt. Zeker voor een hulpverlener zou zelfzorg bovenaan de agenda moeten staan. Toch worden velen vroeg of laat getroffen door chronische stress en burn-out. Verbonden met jezelf én met de ander. Dat is onze inzet vandaag.

Een belangrijke buffer hiertegen is zelfzorg. Zelfzorg is de capaciteit om zorgzaam om te gaan met jezelf, om je bewust te zijn van je eigen noden en behoeften door er aandacht aan te geven. Dit gaan we doen tijdens deze workshop. We gaan kijken hoe het hier en nu zit met onze basisbehoeften van gezond leven. Verbinding maken met jezelf, betekent aandacht geven aan de lagen die meer naar de kern gaan, je binnenste lagen. Wat heb ik op dit moment nodig om mijn werk met voldoende goesting te doen en te blijven doen? Hoe kom en blijf ik in mijn flow? Hoe behoud ik mijn engagement, mijn bevologenheid?

Tijdens deze sessie gaan we 'proeven van zelfzorg'. Je krijgt inzicht in wat zelfzorg voor jou kan betekenen en hoe je er concreet mee aan de slag kan.

Bereikbaarheid Netwerkhuis

Met de fiets

De snelste weg met de fiets vind je op de [fietsrouteplanner](#) van de stad Gent. In de tuin is een fietsenstalling voorzien om je fiets veilig te plaatsen. Je kunt de tuin bereiken via het zwarte hekken (schuin tegenover Molenaarsstraat 111a). Vergeet je fiets niet op slot te zetten.

Met het openbaar vervoer

Er zijn verschillende haltes van het openbaar vervoer op wandelafstand van de Taborgroep (Molenaarsstraat 26). Raadpleeg hiervoor <https://www.delijn.be/nl/routeplanner/>

Met de wagen

Het Netwerkhuis ligt binnen de lage-emissiezone van Gent. De parking van het AZ Sint-Lucas valt hier net buiten. Kom je met de wagen, maak dan gebruik van deze parking (inrit via Blaisantvest). Ga te voet verder en volg de peilen 'Taborgroep' tot aan ons Netwerkhuis. Vraag bij het aanmelden naar je **gratis** parkeerticket.

Denk eraan: de straten rondom het netwerkhuis zijn allemaal betalend parkeren.

Carpoolen met collega's is een vaak gebruikte formule tijdens de Zuurstofdagen.

Het programma van de Zuurstofdagen werd samengesteld door de adviseurs van de Taborgroep

Voor bijkomende info:
zuurstof@tabor.be

Molenaarsstraat 26
9000 Gent

www.taborgroep.be

 **taborgroep**
versterkt waardegericht ondernemen