

Wat jouw stress kan leren van riet

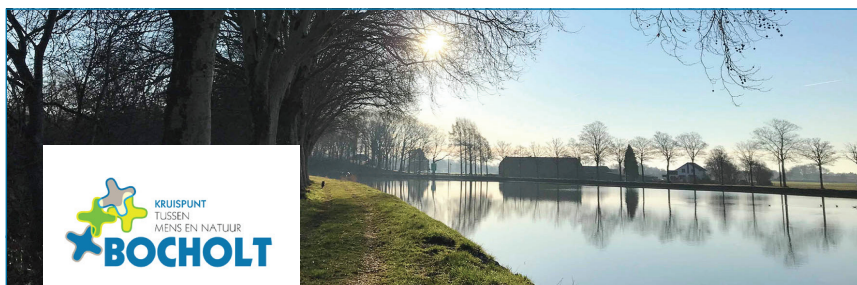
Als het op stress aankomt, kunnen zowel individuen als organisaties zich in moeilijke omstandigheden het best gedragen als riet in de natuur: meebewegen met de wind.

In hun boek 'Riet breekt niet' leren psychosociale preventieadviseurs Daisy Buttiens en Kirsten O je omgaan met stress. De klassieke metafoor van de eik en het riet staat hierbij centraal. "Ieder van ons heeft een bepaald niveau van stress dat hij of zij kan verdragen", schrijven de auteurs. Maar wanneer stress echter onze grenzen overschrijdt, schakelt ons lichaam over op een soort overlevingsmodus. We kunnen dan

doorgaan als een sterke eik, maar worden dan de minst gunstige versie van onszelf," opperen ze.



Dan is riet een veel betere aanpak. "Zo kun je aanvoelen wanneer de storm te hevig wordt en aangeven wat je nodig hebt om terug te veren," klinkt het. "Ook in een groep sta je zo sterker. Je kunt op anderen vertrouwen als het even moeilijk gaat, en zij kunnen ook op jou rekenen," opperen Buttiens en O. "Of anders gezegd: het gaat beter met jou sinds het oké is als het met jou soms even wat minder gaat." (Wivi)



Ben jij de drijvende kracht achter innovatieve technologische oplossingen? Er ligt hier een mooie uitdaging om jouw passie en expertise te laten schitteren in ons dynamische team!

Gemeente Bocholt zoekt een:

EXPERT ICT

Contractueel – voltijds – onbepaalde duur – niveau B4-B5 – met aanleg van een wervingsreserve

Interesse?

Bezorg ons je cv, motivatiebrief en (indien van toepassing) diploma uiterlijk **31 januari 2024 (vóór 24u00)** door bij voorkeur online te solliciteren via werkeninbocholt.be of via mail aan personeelsdienst@bocholt.be.

Voor meer informatie over de functie en de selectieprocedure surf je naar werkeninbocholt.be.

Voor bijkomende inlichtingen kan je terecht bij de personeelsdienst (089 20 19 15 - personeelsdienst@bocholt.be).

VACATURE

BEDRIJFS-LEIDER

AGB TRUPARK

- Contractueel
- A1a-A3a
- Solliciteren kan tot en met 04/02/2024

[WWW.SINT-TRUIDEN.BE/VACATURES](https://www.sint-truiden.be/vacatures)

Maak mee het verschil

TRUPARK

Sint Truiden

B.PRO

De kennismaking

B.PRO maakt deel uit van een Duitse familieholding met meer dan 8.000 medewerkers en een omzet van 1,2 miljard euro. Als fabrikant van investeringsgoederen voor de cateringindustrie is B.PRO actief op locaties waar de tijd tussen het bereiden en consumeren van maaltijden overbrugd moet worden met geavanceerde technologie om voedsel op een veilige manier warm of heerlijk fris te houden. B.PRO Benelux, gevestigd in Diest, biedt ondersteuning aan een uitgebreid netwerk van dealers, met een specifieke focus op verkoop en aftersaleservice. Omwille van het naderende pensioen van een collega zijn we voor hen op zoek naar een:

> www.bpro-solutions.com



COMMERCIEEL ADMINISTRATIEF BEDIENDE

Met ambitie

De uitdaging: • Je fungeert als centraal aanspreekpunt voor de klant, productie, logistiek en boekhouding • Je bent verantwoordelijk voor de administratieve opmaak, opvolging en afhandeling van het commerciële traject, van bestelling tot uitlevering, incl. de opvolging van betalingen • Je biedt ondersteuning en beantwoordt (technische product)vragen • Je bouwt langdurige relaties op met klanten via uitstekende service • Je stuurt servicepartners zoals installateurs en herstellende aan • Je ondersteunt de externe boekhouder • Je rapporteert aan de verantwoordelijke van de binnendienst

De perfecte match: • Je hebt een bachelordiploma en min. 5 jaar ervaring en zoekt graag uitdaging in inhoudelijk complexe opdrachten • Je bent klantgericht en communicatief sterk • Je efficiëntie gaat hand in hand met aandacht voor de technische aspecten van de producten • Je bent proactief en denkt oplossingsgericht mee met zowel de klant als de organisatie • Je kan zelfstandig werken en bent toegewijd om multitasking te combineren met nauwkeurigheid • Je bent cijfermatig aangelegd en beschikt over een goede kennis van MS Office • Je bent vlot Nederlandstalig en beheerst ook een tweede taal, zoals Engels of Duits • Verantwoordelijkheid nemen is voor jou een tweede natuur

Het aanbod: • Een uitdagende functie met aanzienlijke doorgroeimogelijkheden • Een sterk autonome rol in een enthousiast en hecht team • Een aantrekkelijk salarispakket, aangevuld met extralegale voordelen • Flexibiliteit: mogelijkheid tot 4/5-werkregeling in combinatie met 2 dagen thuiswerken • Je komt terecht in een compacte, stabiele en gezonde onderneming met korte communicatielijnen, actief in heel Europa

Meer info? Contacteer Yasmine Van Onckelen op 011 36 10 17

www.motmanspartners.be

Klaar om te groeien? Solliciteer online via www.motmanspartners.be/vacatures. De selectieprocedure verloopt exclusief via Motmans & Partners.



motmans
& Partners



www.limburg.be/vacatures
#limburgvacatures

PROVINCIE LIMBURG WERFT AAN

DESKUNDIGE BELASTINGEN

- B-deskundige, bachelordiploma
- Contract onbepaalde duur, voltijds
- Brutomaandloon: min. 2.940,86 en max 4.955,26 euro

DESKUNDIGE LOOPBAANBEGELEIDING & VORMING

- B-deskundige, bachelordiploma
- Contract onbepaalde duur, voltijds
- Brutomaandloon: min. 2.940,86 en max 4.955,26 euro

DESKUNDIGE COMMUNICATIE HRM

- B-deskundige, bachelordiploma
- Contract onbepaalde duur, voltijds
- Brutomaandloon: min. 2.940,86 en max 4.955,26 euro

ONS AANBOD

- Flexibele werkuren en 35 vakantiedagen
- Aanvullend pensioen
- Maaltijdcheques, gratis hospitalisatieverzekering
- Opleidingsmogelijkheden
- Stimulansen duurzaam vervoer
- Bokrijkabbonement

WIL JE SOLLICITEREN?

Dat kan tot uiterlijk 19 februari 2024 via www.limburg.be/vacatures.

MEER INFO

Op www.limburg.be/vacatures vind je alle informatie over de functies en de selectieprocedure. Specifieke vragen? Stel ze via vacatures@limburg.be of 011 23 78 24.

provincie Limburg
Universiteitslaan 1
3500 Hasselt, BE

provincie Limburg
limburg.be/vacatures



TALENT
VOORUITSTREVENDE
DURF
BETROUWBAAR
IEDEREEN MEE

IEDEREEN GENKT

DESKUNDIGE WEBSITEBEHEERDER

GRAAD BV – VOLTIJDS – CONTRACT ONBEPAADE DUUR

WERKEN BIJ STAD GENK

Bij de stad Genk streven we naar een inclusieve samenleving waar iedereen kansen krijgt, ongeacht hun achtergrond, leeftijd, of status. Onze afdeling Marketing en Communicatie (MarCom) speelt een cruciale rol in het verspreiden van deze boodschap naar Genkenaren, ondernemers, bezoekers en iedereen die betrokken is bij onze stad.

Genk is een stad in volle ontwikkeling. We hebben onze eigen identiteit, we kennen onze troeven en energie zit diep geworteld in het Genkse DNA. Stap in een ambitieuze organisatie die naar de toekomst kijkt en jou daarbij nodig heeft. Je werkt voor een fascinerende stad die steunt op 3 pijlers: duurzame stadsontwikkeling, diversiteit en sociale gelijkheid.

JE UITDAGING

Onze websites worden voor een stuk decentraal beheerd. Dat betekent dat je als websitebeheerder verantwoordelijk bent voor de coördinatie van het globale plaatje, en dat in nauwe samenwerking met de betrokken diensten. Voor de centrale genk.be neem je een groot deel van het beheer voor eigen rekening. Dat kan gaan om het aanmaken van allerlei pagina's, het bewaken van de navigatiestructuur en het beheer van de homepage. Daarnaast zorg je ervoor dat collega's die zelf instaan voor een deel van de website op jou kunnen rekenen voor wat betreft advies, ondersteuning en opleiding. Je staat ook in voor het beheer van rollen en rechten binnen de backoffice.

Het is ook belangrijk om onze digitale communicatie constant te evalueren. Daarom volg je de bezoekersstatistieken op, en weet je hier de nodige conclusies aan te koppelen. De websites nemen het grootste deel van je tijd in beslag. Daarnaast heb je gelijkaardige taken binnen ons nieuwsbrievenplatform Flexmail, en kan je als back-up ingezet worden binnen onze socialemediaplatformen.

WAT MAG JE VAN ONS VERWACHTEN?

- De stad biedt jou een boeiende functie binnen een dynamische organisatie.
- Wij bieden een contractuele voltijdse betrekking met een contract van onbepaalde duur aanvullend met maaltijdcheques, hospitalisatieverzekering, vakantiegeld, eindejaarstoeelage, extralegaal pensioen, interessante vakantie-regeling, flexibele arbeidstijden en mogelijkheid tot thuiswerk na een inwerkperiode.
- Voor deze functie wordt relevante ervaring in de privésector of als zelfstandige geldelijk gevaloriseerd tot een maximum van 15 jaar.
- Er wordt voor elke functie een wervingsreserve in contractueel verband aangelegd.

GEÏNTERESSEERD?

Raadpleeg www.genk.be/vacatures voor meer info over de toelatingsvoorwaarden.

Stad Genk als werkgever selecteert op basis van je competenties, niet op basis van leeftijd, geslacht, etnische afkomst, geloof of handicap.



shaping space

Conciërge koppel

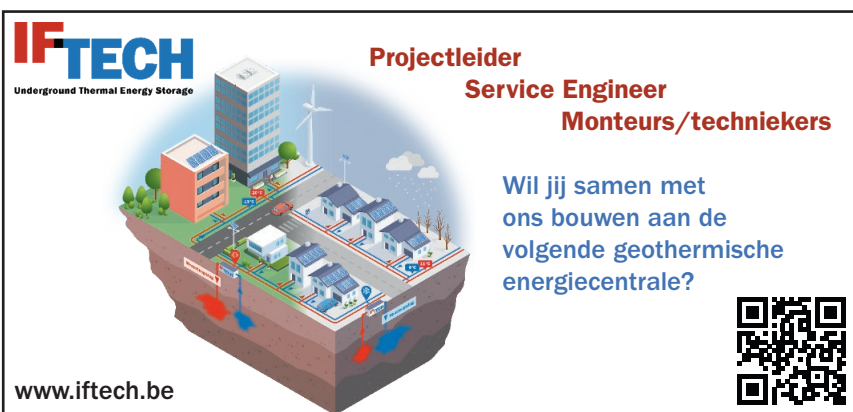
Werken en leven gecombineerd op een mooie locatie. Klinkt het als muziek in de oren? Als conciërgekoppel vervullen jullie een discrete rol als vertrouwenspersonen voor de eigenaar.

- Onderhoud van het groen (tuinen en park)
- Algemeen onderhoud en kleine herstellingen
- Dagelijkse veiligheidscontrole en afsluiten domein
- Huishoudelijk werk en algemene schoonmaak

Eigen conciërgewoning / gratis nutsvoorzieningen / vast contract

lets voor jou? Mail naar hr@livelaud.be
livelaud.be

laud

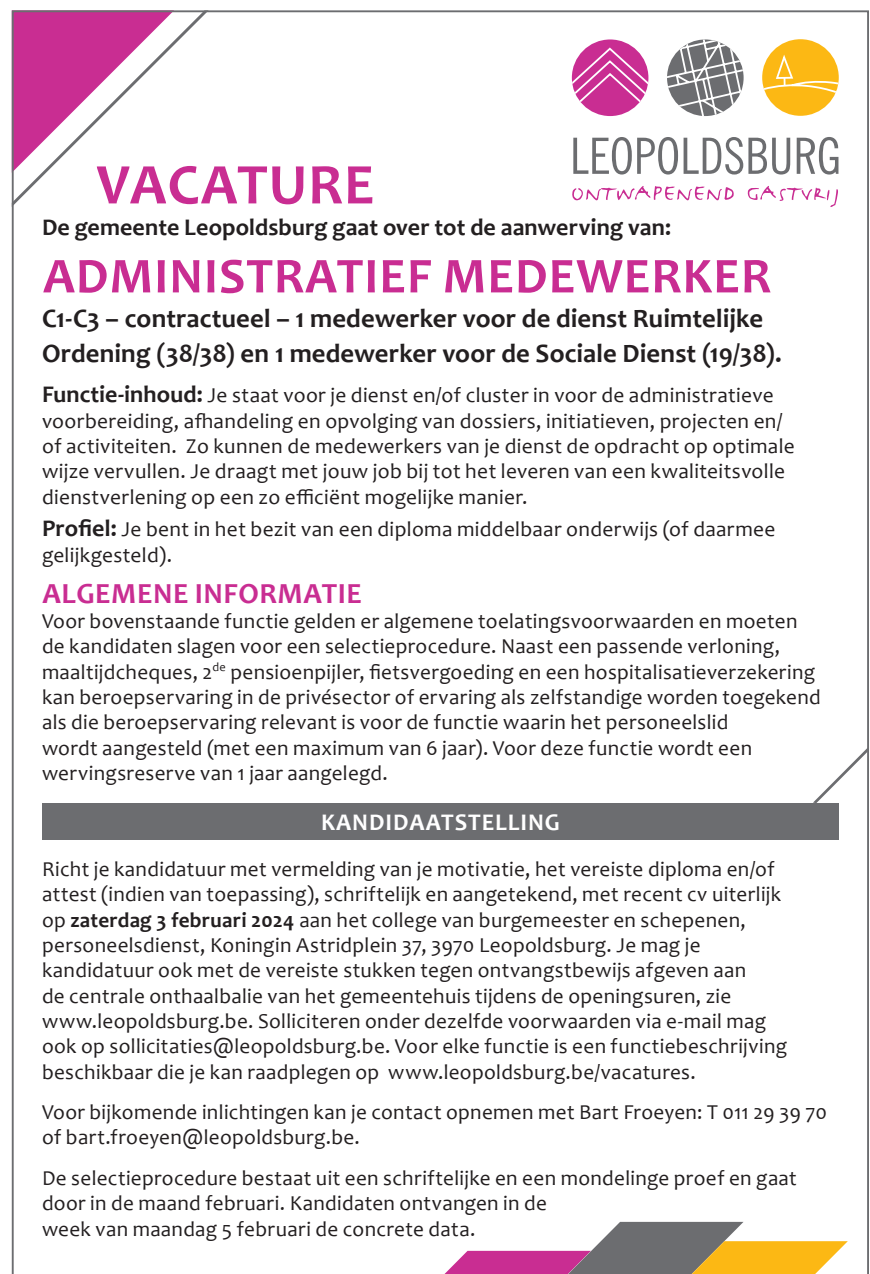


Underground Thermal Energy Storage

Projectleider Service Engineer Monteurs/techniekers

Wil jij samen met ons bouwen aan de volgende geothermische energiecentrale?

www.iftech.be



VACATURE

De gemeente Leopoldsburg gaat over tot de aanwerving van:

ADMINISTRATIEF MEDEWERKER

C1-C3 – contractueel – 1 medewerker voor de dienst Ruimtelijke Ordening (38/38) en 1 medewerker voor de Sociale Dienst (19/38).

Functie-inhoud: Je staat voor je dienst en/of cluster in voor de administratieve voorbereiding, afhandeling en opvolging van dossiers, initiatieven, projecten en/of activiteiten. Zo kunnen de medewerkers van je dienst de opdracht op optimale wijze vervullen. Je draagt met jouw job bij tot het leveren van een kwaliteitsvolle dienstverlening op een zo efficiënt mogelijke manier.

Profiel: Je bent in het bezit van een diploma middelbaar onderwijs (of daarmee gelijkgesteld).

ALGEMENE INFORMATIE

Voor bovenstaande functie gelden er algemene toelatingsvoorwaarden en moeten de kandidaten slagen voor een selectieprocedure. Naast een passende verloning, maaltijdcheques, 2^{de} pensioenpijl, fietsvergoeding en een hospitalisatieverzekering kan beroepservaring in de privésector of ervaring als zelfstandige worden toegekend als die beroepservaring relevant is voor de functie waarin het personeelslid wordt aangesteld (met een maximum van 6 jaar). Voor deze functie wordt een wervingsreserve van 1 jaar aangelegd.

KANDIDAATSTELLING

Richt je kandidatuur met vermelding van je motivatie, het vereiste diploma en/of attest (indien van toepassing), schriftelijk en aangetekend, met recent cv uiterlijk op **zaterdag 3 februari 2024** aan het college van burgemeester en schepenen, personeelsdienst, Koningin Astridplein 37, 3970 Leopoldsburg. Je mag je kandidatuur ook met de vereiste stukken tegen ontvangstbewijs afgeven aan de centrale onthaalbalie van het gemeentehuis tijdens de openingsuren, zie www.leopoldsburg.be. Solliciteren onder dezelfde voorwaarden via e-mail mag ook op sollicitaties@leopoldsburg.be. Voor elke functie is een functiebeschrijving beschikbaar die je kan raadplegen op www.leopoldsburg.be/vacatures.

Voor bijkomende inlichtingen kan je contact opnemen met Bart Froeyen: T 011 29 39 70 of bart.froeyen@leopoldsburg.be.

De selectieprocedure bestaat uit een schriftelijke en een mondelinge proef en gaat door in de maand februari. Kandidaten ontvangen in de week van maandag 5 februari de concrete data.

Jobat ondersteunt Rentree



Welgeteld 46 Jobat-klanten ondersteunden Rentree tijdens de voorbije eindejaaractie. Rentree biedt gratis dienstverlening rond werk aan (ex-)kankerpatiënten. “Ik heb mijn job anders leren invullen”, vertelt Ellen Ferny, die een beroep deed op de diensten van Rentree.

Zowat een jaar is Ellen al terug aan de slag na haar borstkankerbehandeling. Ze keerde terug naar haar functie als directeur bij een leersteuncentrum. “Door zo’n ziekte word je eigenlijk weggerukt uit de maatschappij. Een herstart is dan ook heel spannend”, vertelt ze. “Ik koos voor mijn vorige job, maar besepte dat dat sowieso met beperkingen gepaard zou gaan. Je bent sneller vermoeid en hebt het af en toe moeilijk met concentratie.”

Haar vaste Rentree-coach gaf Ellen tips om haar job anders in te vullen en ook werkbaar te houden. “Ik wilde ook transparant zijn naar de collega’s over mijn situatie en functioneren. Zij mogen mij bijvoorbeeld altijd aanspreken als iets minder goed of anders loopt.”



Rentree is een zelfstandige en gratis non-profit dienstverlening voor werknemers met een kankerdiagnose. “We zijn er voor mensen die na hun ziekte opnieuw willen werken. Of voor zij

die graag tijdens hun behandeling aan de slag blijven”, stelt Axelle Uytterhaegen, Rentree-coördinator. “We proberen zonder wachtlijsten te werken.” In de acht jaar dat Rentree bestaat vonden al ruim 1.800 kankerpatiënten hun weg naar de organisatie. Centraal in de dienstverlening op maat zijn de ruim 70 coaches die allemaal een specifieke opleiding krijgen. De vanuit Jobat ter beschikking gestelde middelen zullen, volgens Uytterhaegen, volop in de werking van Rentree worden geïnvesteerd.

(WiVi)

Meer info en de contactgegevens van Rentree vind je op:
www.rentree.eu



bedankt alle organisaties die samen met ons Rentree hebben gesteund!

