

### Kies jouw datum

Op donderdagen:  
1 dec '22, 2 feb, 23  
feb, 16 mrt, 20 april

### Mentaris TraineeXperience: oriënteer je op een rol bij Mentaris

Kies voor een kennismaking met het Mentaris Ontwikkeljaar. Onderzoek of je ondernemend genoeg bent. Wil je je persoonlijke ontwikkeling versnellen? Groeien in een rol als coach/trainer of toekomstig leidinggevende? Kom kennismaken om jouw kansen bij Mentaris te bespreken.

Op vrijdag 20 jan

### Mentaris Jaarfeest: 20 jaar 'VERTROUWEN'

Mentaris viert haar 20<sup>e</sup> verjaardag. Het thema van ons feest is 'VERTROUWEN'. We trakteren jou en je introduce(é) op een middag vol inspiratie, een prachtig optreden van een artiest en een goede borrel. Met vertrouwen gaan we het nieuwe jaar in.

### Na een pers intake

Vanaf jan '23

### Masterclass Oriënteren en Solliciteren

Heb jij dé baan op het oog die je graag wilt? Dan wil je natuurlijk optimaal voorbereid en met zelfvertrouwen je gesprek ingaan. Mentaris ondersteunt je in je voorbereiding.

Op vrijdag:

3 feb, 10 mrt, 2 juni,  
8 sept, 6 okt

### Mentaris MovingXperience: met beweging anders kijken

Wist jij dat wandelen je veerkracht versterkt? En wil jij graag energieke en creatiever zijn? Kom dan in beweging en loop met ons mee om de Kralingse Plas! Elk kwartaal inspireert Mentaris jou om stappen te zetten. Je maakt kennis met ons en anderen, steeds aan de hand van een nieuw thema uit de positieve psychologie.

### Alleen in samenhang te volgen

Op donderdagen:  
16 feb, 23 mrt en 13  
april

### Masterclass Kracht Kerntalenten en Zichtbaarheid

Weet je waar jouw kracht ligt? Kun je woorden geven aan jouw talent? Leer hoe je vanuit jouw talenten kunt werken. En hoe je die in zet om optimaal te functioneren op het werk. Ontdek in welke rol je tot je recht komt en hoe je je kunt profileren in je werk. Je leert jouw zichtbaarheid te vergroten en een authentieke pitch voor te bereiden. Je bent klaar voor de volgende stap!

Start in 2023

Meld je aan;  
inschrijving is  
gestart

### Leergang Authentiek Leiderschap (6 intervisiebijeenkomsten) in 2023

Wil jij jezelf blijven en groeien in jouw leiderschap? Werk aan zelfkennis en visievorming, samen met andere (toekomstige) leidinggevendenden. Je kijkt naar zelfsturing en het optimaliseren van jouw team. Alle inzichten en managementtheorie krijg je aangereikt in een interactieve opzet.

### Kies jouw datum

Op dinsdagen:  
Op 14 mrt, 13 juni,  
12 sept, 14 nov

### Mentaris CareerXperience: in één middag vooruitkomen met je coach

Wil je kennismaken met coaching en jouw eigen loopbaanvraag op tafel leggen? Nieuwe inzichten en energie opdoen? Schuif dan aan bij de TalentenTafel en ga naar huis met persoonlijk advies, een groter netwerk en veel inspiratie!

Start in 2023

Meld je aan;  
inschrijving is  
gestart

### Bouwen aan Ondernemerschap (6 intervisiebijeenkomsten)

Wil je jouw ondernemende kwaliteiten onderzoeken en versterken? Alle kanten in een vertrouwde setting met andere inspirerende ondernemers stimuleer je elkaar. Je bouwt aan je ondernemerschap. Met een werkboek waarmee jouw positie als zelfstandige wordt versterkt.

Op vrijdag  
9 juni

### Eéndaagse Masterclass Presenteren en Profileren: breng jezelf in beeld

Leg in één dagdeel jouw kernkwaliteiten vast in een authentieke pitch. Hiermee krijgt jouw gesprekspartner zicht op jouw unieke talenten en motivatie. Zo onderscheid je je tijdens sollicitaties en in je netwerk.



**Nieuwsgierig geworden? We ontmoeten je graag!**