



THEMANUMMER

Dutch Happiness Week

Hoe gelukkig is Eindhoven?

Tja, daar heeft iedereen natuurlijk een ander antwoord op. Geluk zit ‘m voor verschillende mensen ook in verschillende dingen. Maar toch zijn er vele factoren die het algemene geluksgevoel naar een hoger niveau tillen.

Dat is voor Erwin Hoeks van Fontys Hogescholen en Marjon Reus en Klaas Seelen van het Parktheater, de organisatoren van het eerste uur, de reden om deze week steeds steviger op de kaart te zetten. De focus ligt op de praktische kant van het thema. Het maakbare, niet het zweverige of het toeval. Daarom staat deze week bol van de activiteiten, workshops, lezingen en voorstellingen waar professionals hun visie geven op het scheppen van een gelukkigere samenleving. Inclusief een grote hoeveelheid uitvoerbare tips om er zelf mee aan de slag te gaan.

Van geluksplek tot cultuuruomslag
Iemand die de wereld over reist om mensen te inspireren en motiveren is Leo Bormans, schrijver van onder andere The World Book of Happiness. Hierin vertaalt hij wetenschappelijk onderzoek over geluk naar begrijpbare kost. Positieve interventies in het dagelijks leven zijn daarin van groot belang. Wil je hem live horen spreken, kom dan naar zijn lezing in de Augustijnenkerk op 16 maart. Samen met studenten van Fontys creëerde hij de Geluksplekken. Een verzameling van 25 zeer uiteenlopende locaties in Eindhoven met daarbij drie opdrachten. Voer ze vooral uit, want actief handelen is essentieel. De hulp van de studenten aan dit project is niet zomaar uit de lucht komen vallen. Nus Waleson, directeur van de Fontys Hogeschool Human Resource Management en Psychologie, richt sinds 2013 zijn pijlen op een structurele omslag in het hoger beroepsonderwijs. De focus moet liggen op het sturen op talent in plaats van op competenties. Oftewel verbeteren wat jij goed kan en niet constant nastreven wat anderen van jou willen.

Samenwerken aan de stad
Dit jaar is de titel van de week veranderd van Geluk voor Eindhoven naar Dutch Happiness Week. Niet alleen omdat het de ambitie is om uit te groeien tot een (inter)nationaal fenomeen, maar ook om de expats die in de stad wonen te betrekken tijdens de week. Geluksambassadeur Folkert Huysinga zet zich hier op High Tech Campus dagelijks voor in. De sfeer in een stad maak je met elkaar. Door elkaar te ontmoeten, dingen te organiseren en door een goede overheid. Professor Ruut Veenhoven is al veertig jaar bezig met het verzamelen van wetenschappelijk onderzoek over geluk en wat betreft de overheid staan we er in Nederland zeer goed voor. Maar het kan altijd nog beter. Iets waar wethouder Yasin Torunoglu zich ook van bewust

is. Door slimme aanpassingen in de openbare ruimte van de stad hoopt hij samen met de Eindhovenaren de sfeer positief te beïnvloeden.

Werk en onderwijs
Volgens de Deen Alexander Kjerulf, die op 14 maart een lezing geeft gericht op HR-professionals, is dit de perfecte tijd voor verandering. Werken maakt zo'n groot deel uit van je bestaan, dat het van het grootste belang is om daar gelukkig in te zijn. Een filosofie die Jeroen Driessen volledig omarmt, want gelukkige werknemers zijn ook de sleutel tot succes voor een organisatie. Om dit tot zijn recht te laten komen is vragen stellen aan elkaar van het grootste belang. Luisteren naar jezelf en elkaar, iets waar lector Marian Thunnissen dagelijks onderzoek naar doet.

Maar het sturen op talent en je bedrijf zo inrichten dat hier ook echt de ruimte voor is, is makkelijker gezegd dan gedaan. De Corporate Rebels trokken de stoutste schoenen aan, maakten een bucketlist en namen ontslag. Hun groeiende lijst bestaat uit organisaties en personen waardoor ze geïnspireerd zijn en die ze bezoeken om te kijken hoe het in de praktijk werkt. Op 13 maart gaan ze hier voor publiek over in gesprek met Leon van der Zanden en 16 maart geven ze in PopEi een verdiepende workshop. Soms moet je gewoon klein beginnen, laten zien dat mensen welkom zijn en werknemers plezier hebben in hun werk. Gastvrijheid zijn. Dat is niet alleen iets voor de horeca, ook het Catharina Ziekenhuis doet daar alles aan. Een glimlach, iemand de weg wijzen, tijd nemen voor een kort gesprek, zo simpel kan het zijn. Of zoiets via menselijk contact of technologische ontwikkeling gaat, maakt niet echt uit. Als je maar begrijpt waar je mee bezig bent en wat voor impact het heeft. Daar is het lectoraat Health Innovations and Technologies, onder leiding van Eveline Wouters, constant mee bezig. Zo praktijkgericht mogelijk onderdelen van het zorgproces verbeteren met technische middelen. De toekomst is nu.

Hoe gelukkig Eindhoven is valt moeilijk te zeggen. Dat er op vele vlakken enorm hard aan gewerkt wordt om de stad en de inwoners gelukkiger te maken is overduidelijk. Laat je deze week verrassen en verbazen over jezelf en elkaar, want hoe je het ook went of keert: gelukkig ben je nooit alleen.

In dit nummer



10
Do Worry,
Be Happy



22
Corporate Rebels:
Op Avontuur in
Bedrijvenland

34

De Fontys
Geluksdirecteur en
zijn Duidelijke Visie



06

Het ontstaan
van de Dutch
Happiness Week



Inhoud

- 04 Time Table
- 06 Thema:
Dutch Happiness
Week 2017
- 16 Geluksplekken
- 22 Thema:
Dutch Happiness
Week 2017

Colofon

Deze krant is een uitgave van E52 Media in samenwerking met Fontys Hogescholen en Parktheater Eindhoven voor de Dutch Happiness Week 2017.

Hoofdredactie
Sabine te Braake

Teksten
Rob van Kaam

Fotografie
Bas Gijssels

Ontwerp & illustraties
George&Harrison

Druk
BDU Print

Contact E52
High Tech Campus 1E
5656 AE Eindhoven

Online
E52.nl en E52.nl/en

Volg ons
Twitter @e52.nl
Facebook e52.nl

Word lid

Spreek de inhoud van deze krant u aan? Help dan ook het volgende nummer mogelijk maken en word lid:

e52.nl/lid

TIME TABLE

In de week van 13 t/m 17 maart vindt de Dutch Happiness Week plaats in Eindhoven. In dit uitgebreide schema vind je alle activiteiten die gedurende die week plaatsvinden.

Maandag 13 maart

Begin	Einde	Activiteit	Prijs	Aanmelden	Locatie
09:00	21:00	Wandel en geniet op het Eiland in de Dommel	gratis	-	Eckartdal
09:00	16:00	Beleef geluk! Vers gebrande koffie met een prachtige wandeling!	-	caffeinedealers.nl	GGzE, De Plaza, Dr. Poletlaan 35
12:30	13:30	Gelukslunch met een zelfgemaakt broodje geluk	€ 1,-	-	Bellefort, Iepenlaan 40
13:00	14:00	Van gelukkige leerkrachten leer je het meest	€ 5,-	femke@femnomenaal.nl	PopEi, Klokgebouw 300
12:00	15:30	Opening DHW met Alexander Kjerulf	gratis	op uitnodiging	Driessen HRM - Helmond, Schootense Dreef 15
13:00	17:00	Ontdek de twinkeling achter de gevel	gratis	-	Twinkelbel, Kleine Berg 54
13:30	14:15	Lezing: Eindelijk geluk(t)	gratis	bibliotheek eindhoven.nl	De Bibliotheek, Emmasingel 22
15:00	17:30	Workshop: Gelukkiger? Dat kan!	gratis	bibliotheek eindhoven.nl	De Bibliotheek, Emmasingel 22
16:00	18:00	Lezing: Geluk in het onderwijs	€ 5,-	eventix.shop/sxs4xq8x	Muziekgebouw Frits Philips, Jan van Lieshoutstraat 3
18:00	22:30	Art & Bite Night in het Droomhuisje vol hoop	€ 12,-	globaaldorp@inkijkmuseum.nl	Inkijkmuseum, Dommelstraat 2-A
20:30	21:50	Een inspirerende avond over geluk op je werk	€ 19,50	eventix.shop/rs6rvn4d	Parktheater Eindhoven, Theaterpad 1

Dinsdag 14 maart

Begin	Einde	Activiteit	Prijs	Aanmelden	Locatie
09:00	21:00	Wandel en geniet op het Eiland in de Dommel	gratis	-	Eckartdal
09:00	16:00	Beleef geluk! Vers gebrande koffie met een prachtige wandeling!	-	caffeinedealers.nl	GGzE, De Plaza, Dr. Poletlaan 35
10:00	17:00	Ontdek de twinkeling achter de gevel	gratis	-	Twinkelbel, Kleine Berg 54
11:00	17:00	Kunstkameraden	standaard	-	Van Abbemuseum, Bilderdijklaan 10
12:00	18:00	Happiness @ Work	€ 195,-	eventix.shop/r7d4sfsv	Parktheater Eindhoven, Theaterpad 1
12:30	13:30	Gelukslunch met een zelfgemaakt broodje geluk	€ 1,-	Bellefort	Bellefort, Iepenlaan 40
12:30	16:00	Kalfjes melk geven op de Gelukkige Hoeve	gratis	-	De Genneper Hoeve, Tongelreepad 1
13:00	16:00	Filosofische workshop Geluk	gratis	bibliotheek eindhoven.nl	de Bibliotheek Eindhoven, Emmasingel 22
14:00	17:00	Workshop: Album Amicorum	€17,50 / €22,-	bibliotheek eindhoven.nl	De Bibliotheek, Emmasingel 22
15:00	17:00	Alles wat je aandacht geeft groeit...!	gratis	-	Landwinkel Philips Fruittuin, Oirschotsedijk 14A
18:00	22:30	Art & Bite Night in het Droomhuisje vol hoop	€ 12,-	globaaldorp@inkijkmuseum.nl	Inkijkmuseum, Dommelstraat 2-A
19:30	22:30	Voetjes van de vloer in Pand P	gratis	-	Pand P, Leenderweg 65
19:30	22:00	Eindhoven in Dialogo - Dialogen over Geluk	gratis	-	Parktheater Eindhoven - Kleedkamer A7
20:00	22:00	Talkshow Muziek en Geluk	€ 7,50	Muziekgebouw	Muziekgebouw Eindhoven, Jan van Lieshoutstraat 3,
20:30	22:00	Lezing: Het rendement van Geluk	€ 7,50	eventix.shop/5ab5aj3m	Parktheater Eindhoven, Theaterpad 1

Woensdag 15 maart

Begin	Einde	Activiteit	Prijs	Aanmelden	Locatie
09:00	21:00	Wandel en geniet op het Eiland in de Dommel	gratis	-	Eckartdal
09:00	16:00	Beleef geluk! Vers gebrande koffie met een prachtige wandeling!	-	caffeinedealers.nl	GGzE, De Plaza, Dr. Poletlaan 35
10:00	17:00	Ontdek de twinkeling achter de gevel	gratis	-	Twinkelbel, Kleine Berg 54
11:00	17:00	Kunstkameraden	standaard	-	Van Abbemuseum, Bilderdijklaan 10
12:30	13:30	Gelukslunch met een zelfgemaakt broodje geluk	gratis	-	t Bellefort, Iepenlaan 40
12:30	16:00	Kalfjes melk geven op de Gelukkige Hoeve	gratis	-	De Genneper Hoeve, Tongelreepad 1
13:30	17:30	Energy Power van Dynamo - ontdek je techtalent	gratis	l.v.lieshout@dynamojeugdwerk.nl	Verskillende locaties
14:00	15:30	Scharrelkunst voor kinderen in Pand P	€ 5,-	Pand P	Pand P, Leenderweg 65
14:00	16:30	'Een-mevrouw-tje-op mijn-schouder-middag'	€ 5,-	-	PopEi, Klokgebouw 300
14:00	16:00	Spoedcursus Geluk	€13,- / €17,-	bibliotheek eindhoven.nl	De Bibliotheek, Emmasingel 22
14:00	16:00	Denk Groter Debat met Guido Weijers	gratis	op Uitnodiging	Parktheater Eindhoven, Theaterpad 1
15:00	17:00	Alles wat je aandacht geeft groeit...!	gratis	-	Landwinkel Philips Fruittuin, Oirschotsedijk 14A
18:00	22:30	Art & Bite Night in het Droomhuisje vol hoop	€ 12,00	globaaldorp@inkijkmuseum.nl	Inkijkmuseum, Dommelstraat 2-A
20:30	22:25	Masterclass Geluk 'The Pursuit of Happiness'	€ 26,50	parktheater.nl/ programma/5711/	Parktheater Eindhoven, Theaterpad 1

Donderdag 16 maart

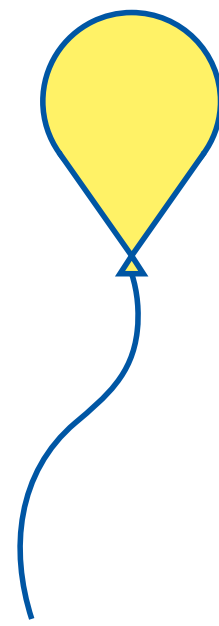
Begin	Einde	Activiteit	Prijs	Aanmelden	Locatie
09:00	21:00	Wandel en geniet op het Eiland in de Dommel	gratis	-	Eckartdal, Eindhoven, Nederland
09:00	16:00	Beleef geluk! Vers gebrande koffie met een prachtige wandeling!	"	caffeinedealers.nl	GGzE, De Plaza, Dr. Poletlaan 35
10:00	17:00	Ontdek de twinkeling achter de gevel	gratis	-	Twinkelbel, Kleine Berg 54
10:00	11:00	Van gelukkige leerkrachten leer je het meest	€ 5,-	femke@femnomenaal.nl	PopEi, Klokgebouw 300
11:00	21:00	Kunstkameraden met interactieve lezing	standaard	-	Van Abbemuseum, Bilderdijklaan 10
12:30	13:30	Gelukslunch met een zelfgemaakt broodje geluk	€ 1,-	-	Bellefort, Iepenlaan 40
12:30	16:00	Kalfjes melk geven op de Gelukkige Hoeve	gratis	-	De Genneper Hoeve, Tongelreepad 1
14:00	17:00	De belangrijkste lessen van 's werelds meest gelukkige werkplekken	€ 25,-	eventix.shop/vunzk897	PopEi, Klokgebouw 300
15:00	17:00	Alles wat je aandacht geeft groeit...!	gratis	-	Landwinkel Philips Fruittuin, Oirschotsedijk 14A
16:30	17:15	Zelfhuwelijk – een persoonlijk experiment naar meer Liefde & Verbinding	gratis	-	Parktheater, Grote foyer
18:00	22:30	Art & Bite Night in het Droomhuisje vol hoop	€ 12,-	globaaldorp@inkijkmuseum.nl	Inkijkmuseum, Dommelstraat 2-A
19:00	22:30	Film: Down to Earth met een nagesprek met Sahil Gill	€9,50 / €8,50	natlab.nl	Natlab, Kastanjelaan 500
19:30	22:00	Lezing: Gelukkig werken	€9,50 / €12,50	bibliotheek eindhoven.nl	De Bibliotheek, Emmasingel 22
20:30	22:30	The Power of Happiness	€ 15,-	eventix.shop/vhwz7mta	Augustijnenkerk, Tramstraat 37

Vrijdag 17 maart

Begin	Einde	Activiteit	Prijs	Aanmelden	Locatie
09:00	21:00	Wandel en geniet op het Eiland in de Dommel	gratis	-	Eckartdal, Eindhoven, Nederland
09:00	16:00	Beleef geluk! Vers gebrande koffie met een prachtige wandeling!	-	www.caffeinedealers.nl	GGzE, De Plaza, Dr. Poletlaan 35
09:30	12:30	Workshop: Carrière vs. moederschap	€ 22,50	lemniscaat@geluksschool.nl	Parktheater Eindhoven, Theaterpad 1
10:00	17:00	Ontdek de twinkeling achter de gevel	gratis	-	Twinkelbel, Kleine Berg 54
11:00	17:00	Kunstkameraden	standaard	-	Van Abbemuseum, Bilderdijklaan 10
12:30	13:30	Gelukslunch met een zelfgemaakt broodje geluk	€ 1,-	-	Bellefort, Iepenlaan 40
15:00	17:00	Alles wat je aandacht geeft groeit...!	gratis	-	Landwinkel Philips Fruittuin, Oirschotsedijk 14A
16:00	17:30	Praxinoscoop workshop - maak je eigen tekenfilm over geluk	gratis	Ontdekfabriek	De Ontdekfabriek, Torenallee 22
16:30	18:30	Keuze en prio's	gratis	lemniscaat@geluksschool.nl	Parktheater Eindhoven, Theaterpad 1
18:00	22:30	Art & Bite Night in het Droomhuisje vol hoop	€ 12,-	globaaldorp@inkijkmuseum.nl	Inkijkmuseum, Dommelstraat 2-A



Bescheiden ambitieus, een kwestie van doen



Auteur ???
Foto ???

Hun bescheidenheid neemt niet weg dat de ambities van het drietal groots zijn: "Uiteindelijk moet dit een evenement worden dat ook buiten Eindhoven bekend is. Dat is de impact die we willen hebben. Vandaar ook de naamsverandering van Geluk voor Eindhoven naar Dutch Happiness Week." Was het evenement voorgaande jaren nog puur gericht op Eindhoven, nu zijn ook partijen uit de rest van Nederland en internationale gasten van formaat betrokken. "Het werkt als een olievlek, want stiekem is vrijwel iedereen met het thema Geluk bezig. Het wordt alleen niet zo benoemd. Door dat wel te doen haken bedrijven, scholen en andere organisaties heel snel aan", verklaart Marjon. "We merken ook dat er een behoefte is om het hier over te hebben en de ruimte om er over na te denken," vult Erwin aan, "als we dit tien, vijftien jaar geleden hadden gedaan was de reactie waarschijnlijk geweest: wat moet je nou met dat geluk?"

Geluk is overal te vinden

"Wat voor ons erg belangrijk is, is de focus op de praktische kant van dit thema. Het maakbare, niet het zweverige of het toeval", vervolgt Erwin, "Neem nu techniek. Is dat een doel op zich of is techniek bedoeld om het leven van mensen makkelijker te maken? En hoe kijk je naar

werk? Of je nu 20 of 70 uur werkt per week. Voor jezelf, voor een baas of helemaal niet. Het gaat erom dat je een goed gevoel krijgt bij datgene wat jij doet. Dat je iets bijdraagt en zinvolle relaties met collega's of klanten aangaat." Dat gevoel is natuurlijk voor iedereen anders, maar er valt wel concreet naar toe te werken. Iets waar Klaas het volmondig mee eens is: "Geluk is een laagje dat overal langsloopt en je vanuit persoonlijke ervaring of professionele expertise kan aanboren. Het overbrengen van die kennis en kunde is het doel van deze week. Bezoekers inspireren en activeren. Mensen zeggen wel eens: 'Jij hebt makkelijk praten. Kijk eens naar vluchtelingen of mensen die het financieel slecht hebben. Die kunnen zich de luxe niet permitteren om zo over geluk te praten.' Daar ben ik het absoluut niet mee eens. Als je wil is het altijd mogelijk om aan je geluk te werken, hoe groot of klein ook."

De essentie van succes

Al blijft het voor veel mensen makkelijker gezegd dan gedaan, daarom is Marjon ook blij dat er om advies wordt gevraagd: "Vooral met de vraag hoe we het van de grond hebben gekregen. De wetenschappelijke onderbouwing om te sturen op geluk is er, maar hoe pak je dat dan in de praktijk aan? En dat leggen we maar al te graag uit, zeker omdat we het volledig van onderaf benaderen." Dat laatste ziet het drietal als essentieel onderdeel van het succes. Liever langzaam groeien met een stevig draagvlak, dan hoog van een toren blazen die op los zand staat.

De drijvende krachten achter de Dutch Happiness Week zijn Erwin Hoeks van Fontys Hogescholen en Marjon Reus en Klaas Seelen van het Parktheater. Al vinden ze dat zelf te veel eer: "We zijn dit dan wel begonnen, maar het wordt nu zo breed gedragen dat we eerder sturend dan drijvend zijn." En dat toont ook meteen een belangrijke onderliggende emotie van deze week. Het gaat niet om scoren of het behalen van eer, het gaat om gelukkig zijn in wat je doet. Of dat nu je werk, je sociale leven, je manier van solliciteren, je financiële huishouding of wat dan ook is. Dat maakt dit project zo waardevol voor beide partijen. Iedereen streeft naar een bepaalde mate van geluk, maar daar moet je wel iets voor doen. De quote van Leo Bormans, wereldambassadeur van geluk en levenskwaliteit, die Klaas aanhaalt zegt het helemaal: "Je valt niet af door boeken over diëten te lezen."

Marjon: "We hadden vooraf niet gedacht en ook niet kunnen dromen dat het zo'n netwerk zou creëren en dat er zo veel behoefte is om met elkaar te werken aan meer geluk in de samenleving."



Erwin Hoeks (links), Klaas Seelen & Marjon Reus



Erwin: “We willen met deze week ook niet echt geluk brengen, maar mensen juist bewust maken van de rol van geluk in alle aspecten van hun leven.”



gelukstip

Wat ga jij doen met die extra zonlichttijd? En welk fenomeen verdient volgens jou een extra nationale feestdag?

De bewoners van geluksland Bhutan vieren vandaag de winterzonnenuwende. De donkere periode is voorbij, je kan elke dag weer iets langer genieten van het daglicht.

Nyinlong in geluksland Bhutan

Uit De Gelukskalender 2017 - Een Jaar vol Geluk van Leo Bonmans



Klaas: “Eindhoven is de stad van Techniek, Design en Kennis. Daar haken we op in door deze pijlers in een ander perspectief te plaatsen.”



Leo Bormans

gelukstip

Eet, lach en
zing vandaag!

“Als meer mensen eten, lachen en zingen
waardevoller zouden vinden dan verzameld
goud, zou de wereld gelukkiger zijn.”

J.R.R. Tolkien (* 3 januari 1892), Engels schrijver

Uit: De Gelukskalender 2017 - Een Jaar vol Geluk van Leo Bormans

Do worry, be happy

Leo Bormans is schrijver, inspirator en Vlaming. Dat laatste is een erfogoed van zijn geboorte, iets waar we voor onszelf wel eens stil bij mogen staan: “Jullie Nederlanders staan in de top 5 van gelukkigste landen van de wereld, maar jullie willen het niet horen op de een of andere manier. De wereld kijkt tegen jullie op, geloof mij.”

Auteur ???
Foto ???

Sinds zijn eerste boek *The World Book of Happiness* uitkwam, reist Leo als ambassadeur van geluk en hoop, de hele wereld over om bedrijven, organisaties, regeringen, maar bovenal mensen te inspireren. Hij stond aan de basis van de Gelukspleken in Eindhoven, net als in Hasselt en Roerdalen. Europees voorzitter Van Rompuy gaf zijn boek cadeau aan alle wereldleiders en inmiddels is het uitgebracht in vele landen en talen. In zijn koffertje zitten inmiddels ook zelfgeschreven boeken over liefde en hoop: “Ik ben geen goeroe, wil niet vertellen wat u moet doen. Ik vertaal wetenschap naar een groot publiek, geef opties om dingen aan te kunnen pakken. Het is niet dat we niet weten wat we moeten doen, we doen niet wat we weten.”

Kwestie van vertrouwen

“Wereldwijd zijn er 3000 professoren die bezig zijn met geluk. Eindelijk, want we hebben ons 100 jaar vergist en bestudeerd wat mensen ongelukkig maakt. Van de meest uiteenlopende stoornissen weten we enorm veel, maar de meeste mensen zijn niet ziek. Het tegenovergestelde van ziek is niet ziek, maar dat is niet hetzelfde als gezond. En het tegenovergestelde van ongelukkig is niet ongelukkig, maar dat betekent niet dat je gelukkig bent. Geluk

en verdriet zijn geen tegenpolen. Ze maken deel uit van hetzelfde scala aan emoties. Tijdens een begrafenis kunt u zeer verdrietig zijn, maar u ook enorm verbonden voelen. We moeten het negatieve niet ontkennen, we hebben recht op pijn en verdriet. Door het wetenschappelijk onderzoek kunnen we dingen die universeel gelden in de zoektocht naar geluk helder krijgen. Veiligheid, stilte en vertrouwen zijn de basisvoorwaarden om gelukkig te zijn. De terroristen hebben ons daar nog eens fijntjes aan helpen herinneren. Nederland is een vertrouwende samenleving. Jullie vertrouwen elkaar en de instellingen meer dan u wilt toegeven.”

Van krant naar dagboek

“Onveiligheid is niet het probleem van onze samenleving. Eenzaamheid is het probleem. We hebben ons gebarricadeerd achter alarmsystemen en veiligheidsborden of onze telefoon, achter ons vrolijke nepprofiel. Als er ergens een bordje staat ‘welkom’, dan ben u vaak niet welkom maar uw geld. Dat is wat onze samenleving met welkom is gaan bedoelen. Maar er is heel veel reden tot hoop. Als je de kranten en het nieuws moet geloven niet, maar dat is dan ook maar een sleutelgatvisie op de werkelijkheid. Als u anders kijkt, ziet u dat er enorm veel voor elkaar gezorgd wordt, de samenleving drijft er op. Hoopvoller leven kunt u leren. Iets dat erg goed helpt, is het bijhouden van een dagboek. Iedere avond opschrijven wat u die dag gelukkiger heeft gemaakt. Iets actiefs. Dus niet ‘de zon scheen’, maar ‘ik



“U kent cynici. U bent zelf geen cynicus, maar u kent vast cynici. Het is de makkelijkste levensinstelling die er is. Trots zijn op alles wat vuur en passie in zich heeft binnen 30 seconden kapot kunnen maken.”

heb een uur de tijd genomen om in de zon te gaan zitten”. Daardoor word je proactief, u gaat geluk najagen.”

Besmettelijke ziekte

“Ik leid aan positieve paranoia. Heb het idee dat de hele wereld tegen me samenspant om me gelukkig te maken. Ik kom voortdurend mensen tegen die me vriendelijk ontvangen. Het is een complot. Maar dat complot geldt ook voor u, u moet het alleen durven zien. En in actie komen, dat is cruciaal. Begin met oogcontact met mensen, een blik van acceptatie en vertrouwen. Dat werkt op straat, maar ook op uw werk. Veel vergaderingen staan in het teken van gezien worden en het zoeken naar waardering, dat is dan niet meer nodig want iedereen weet dat al van

elkaar. Dan wordt de discussie heel anders en veel zinnvoller. Vergeet niet dat wij de kracht van verbeelding bezitten. We kunnen ons iets inbeelden dat er niet is. Zo stel je doelen, de weg er naartoe maakt niet uit. Dat is de basis van hoop, optimisme gecombineerd met actie. Het leven is niet zonder obstakels, maar voor hoopvolle mensen maakt dat niet uit. Iedereen draagt een koffer aan ervaringen met zich mee. Lichte en zware. Geef die zware een mooie plek onderweg, haal ze uit de koffer. Laat de zaken waar u niets maar aan kunt veranderen niet van invloed zijn op elke komende keuze. Geluk is de ultieme drijfveer van ons handelen, liefde is de opperste emotie en hoop is de motor van alles.”

Samenwerken aan een vrolijke stad



Yasin Torunoglu

Auteur ???
Foto ???

Geïnspireerd door de gemeen- te Roerdalen probeert wet- houder Yasin Torunoglu actief te sturen op meer geluk voor Eindhoven: "Een jaar geleden zijn we ge- start met de Smile Factor, een programma waarin we de openbare ruimte als aanjager van positiviteit zien. Dat betekent meer ruimte voor groen en ontmoeting, maar ook het scheppen van verrassingsmomentjes. Een goed voorbeeld is die piano op NS stations. Al kijk en luister je maar even, je loopt vaak met een glimlach door. Als dat veel meer gebeurt dan kom je minder snel in een collectief pessimisme. Daarom hebben we in Eindhoven de Dommeltunnel getransformeerd tot Silly Walks tunnel en maakten we de Before I Die-wand. En we willen mensen op een positieve manier stimuleren. Bijvoorbeeld dat het leuk wordt om je afval in een prullenbak te gooien met behulp van een geluidseffect. We kunnen kiezen voor harde handhaving en beboe- ten, maar ook zoeken naar een positieve benadering. Dat laatste is voordeliger voor ons en de inwoners."

Om echt stappen te zetten in het al- gemene geluk van de stad is een actieve houding van de inwoners ook hard nodig: "Wat ik bijzonder vind is dat mensen zich behoorlijk bekommeren om de ruimte om

zich heen. Neem het initiatief van Kees Lepoeter: Adopteer een Straat. Hij begon met het schoonhouden van zijn buurt en inmiddels doen door heel Eindhoven al 250 vrijwilligers mee. In plaats van boos te wor- den op de rotzooi ruim je het nu met elkaar op en dat werkt vele malen beter."

Als mensen een goed idee hebben voor de openbare ruimte dan faciliteert de wethouder dat met veel plezier: "We zoeken daarbij ook de grenzen op van de regels die we hebben. Bestemmingsplan technisch mag soms iets niet, maar dan kijken we wel hoe we dat oplossen bij een eventuele klacht. We zoeken ook naar de menselijke maat in handhaving en dat is best lastig. Wat is versiering en wat is vandalisme? En als het gevaarlijk is mag iets zeker niet. Er heeft eens iemand schommels aan bomen opgehangen als guerrilla-actie. Geweldig idee, maar als zo'n tak breekt krijgen wij de schuld. Dan zitten we hier echt met het dilemma: wat doen we nou...?"

Ook een goed plan voor de openbare ruimte? Stuur je geluksidee naar smile@ eindhoven.nl.

Advertentie



*Dutch
Happiness
Week*

*brengt
mensen
samen!*



Wij geloven dat je samen meer bereikt dan alleen.

Rabobank Eindhoven-Veldhoven is partner van de Dutch Happiness Week. Door activiteiten te ondersteunen waarbij mensen elkaar ontmoeten en samenkomen, tonen wij onze maatschappelijke betrokkenheid. Samen kleur geven aan de regio tijdens én na #DHW2017.

rabobank.nl/eindhoven-veldhoven

Een aandeel in elkaar



Rabobank

Dit is de perfecte tijd voor verandering



Alexander Kjerulf

Auteur ???
Foto ???

Ooit was werk gewoon vol- ledig één met je bestaan. Er was geen onderscheid tussen religie, cultuur, privé en werk. Iedere dag ging je keihard aan de slag als baker, boer of smit. Ondertussen zong je liederen, de kinderen hielpen spelenderwijs mee en leerde zo hoe het moest en uiteraard bezocht je de kerk. Helaas werden met name de boeren op een gegeven moment uitgebuit door de landheren. Bij de industriële revolutie ging het helemaal mis, omdat mensen moesten werken onder intens zware omstandighe- den. Maar dat is nu allemaal veranderd. We hoeven niet meer 16 uur per dag te werken,

De Deen Alexander Kjerulf staat wereldwijd bekend als de expert op het gebied van Happiness at work. Hij vliegt de hele wereld over om mensen en bedrij- ven te inspireren en te motiveren om ook de knop om te zetten. Werken maakt zo'n groot onderdeel uit van ons leven, dat je er maar beter van kunt genieten. Want ongelukkig zijn met je werk heeft invloed op jezelf, je relaties, je gezondheid, eigenlijk op alles.

in giftige dampen en met levensgevaarlijke machines.

Deze verandering is wereldwijd gaande, maar overal in een ander tempo en met een ander startpunt. En wij lopen daar enorm in voorop. Een probleem waar we nu mee te maken hebben is dat veel mensen het nut van hun werk niet echt inzien. Rapport hier, cijfertje daar. Ze kunnen zich niet identi- ficeren met wat ze doen. Dan moet je het lef hebben om het roer om te gooien. Of je focus richten op de positieve aspecten van het werk dat je doet. Achter je persoon- lijke doel komen en daar zo veel mogelijk energie uit putten. Gelukkig hebben steeds meer mensen door hoe belangrijk dat is. Niet alleen op de vloer, maar ook in het ma- nagement. Om nog maar te zwijgen over de gigantische opkomst van eenmanszaakjes die elkaar vinden wanneer het nodig is

om samen te werken. De tijden zijn echt aan het veranderen, op een hele positieve manier."

“Een probleem waar we nu mee te ma- ken hebben is dat veel mensen het nut van hun werk niet echt inzien.”

Advertentie

Our new website will be
online soon, check it out!

E52.NL/EN

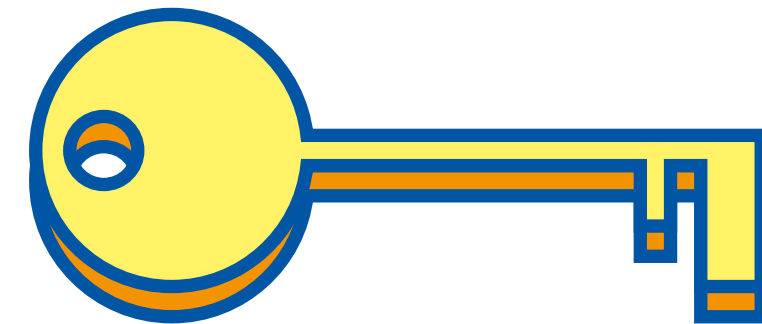


“Ik heb het gevoel dat mensen te licht denken over hoe belangrijk het is om iets te doen wat je leuk vindt”

Jeroen Driessen

De logica van werkgeluk

Jeroen Driessen is directeur van Driessen HRM met het hoofdkantoor in Helmond. Een bedrijf, opgericht door zijn vader, dat rotsvast gelooft in geluk op de werkvloer. Voor hun eigen 450 personeelsleden en voor de 15.000 mensen die ze aan een baan hebben geholpen. Volgens Jeroen is het de sleutel tot succes:

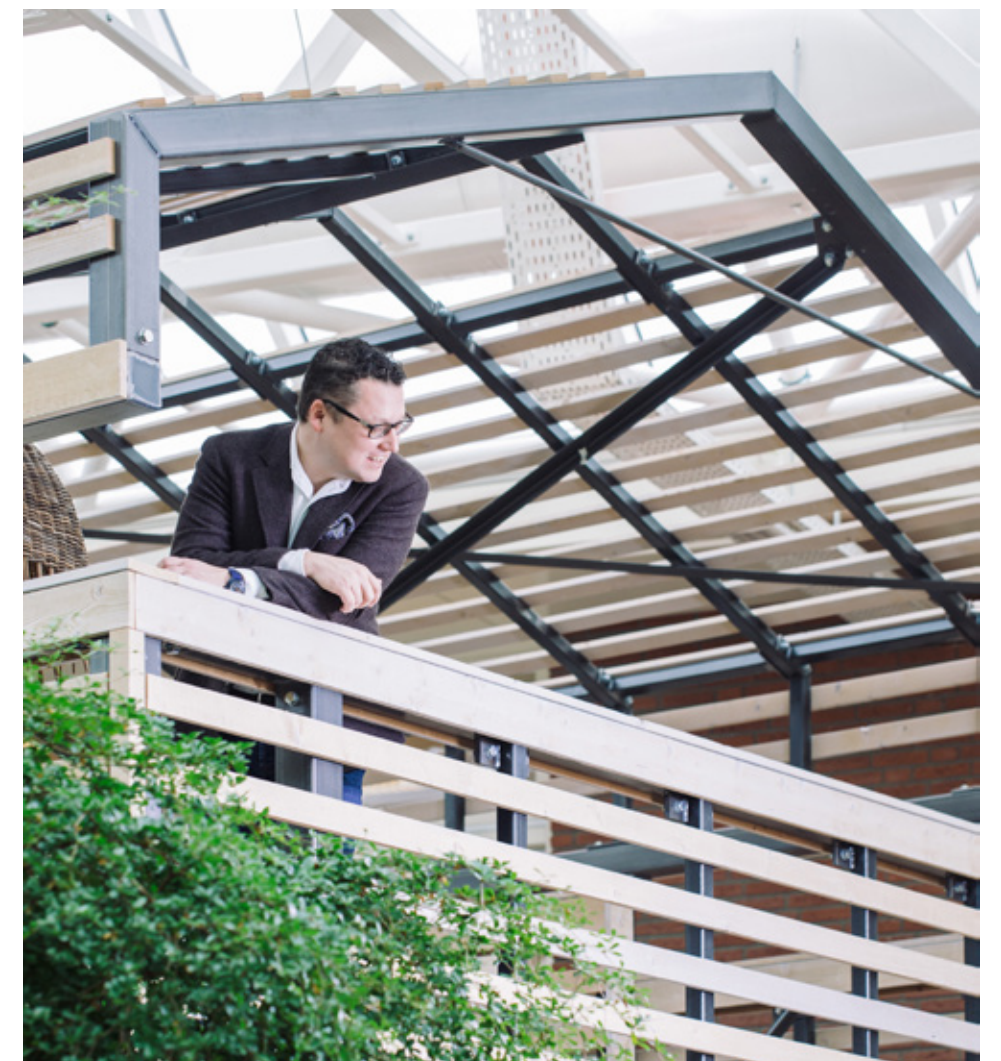


Auteur ???
Foto ???

Welke rol heeft werken in geluk? Waar wordt een mens gelukkig van? Het is natuurlijk voor iedereen anders, maar er zitten wel wat algemene delers in. Een recept wil ik het niet noemen, want dat zou te eenvoudig zijn. Maar als het gaat over werk zijn er twee elementen die van belang zijn. Purpose, dus dat je het gevoel hebt dat je iets hebt gedaan dat er toe doet. Dat kan een afge-maakt rapport zijn, maar ook het aanhaken van een stuk plantsoen. En pleasure, dat je het leuk vind wat je doet. Dat verschilt enorm van persoon tot persoon. Waar jij blij van wordt kan voor mij verschrikkelijk zijn. Je voelt meestal best goed aan waar je kracht ligt, dus luister daar ook naar. Baseer daar je keuzes op. Ik heb het gevoel dat mensen te licht denken over hoe belangrijk het is om iets te doen wat je leuk vind. Dat het een extraatje is. Daar geloof ik echt niet in. Ook in een zakelijke omgeving is dat belangrijk. En dat zou meer gestimuleerd moeten worden. Dat is beter voor je mensen, jezelf, je klanten en de continuïteit van je organisatie. Het begint en eindigt bij mij allemaal bij werkgeluk. Maar als ik erover

praat dan krijgen mensen vaak een soort van soft Kumbaya-gevoel. Terwijl het juist heel hard en serieus werken is om werkgeluk centraal te kunnen zetten.

De zoektocht naar geluk is al zo oud als de mensheid. Het neemt wel steeds andere vormen aan, maar het zit in onze genen. Al is het in het Westen de afgelopen honderden jaren wel wat naar de achtergrond verdwenen, voor mijn gevoel zeker op werkgebied. Er is een soort sfeer omheen komen te hangen dat je jouw tijd opoffert om iets te doen dat je niet echt leuk vindt, zodat je daarna dingen kan doen die je wel blij maken. Een ruilmiddel. Zeker met de industriële revolutie. Eigenlijk was het niet goed als werk leuk was, lachen doe je maar in je eigen tijd. En dat gevoel hangt in sommige organisaties nog steeds. Ik snap dat wel, maar gelukkig zie ik ook dat er steeds meer een zakelijke kijk komt om dat werk ook als onderdeel van een plezierig leven te maken. Als mensen lekker in hun vel zitten dan zijn ze veel productiever en gaan ze makkelijker mee in veranderprocessen. Maar bovenal is het gewoon voor iedereen fijner wanneer mensen gelukkig zijn in hun werk. Ik snap niet dat dat als soft wordt gezien of dat je stapels boeken nodig hebt om dat te begrijpen. Voor mij is dat volkomen logisch, en ik hoop dat steeds meer mensen en organisaties dit ontdekken.



Eindhoven is een bruisende stad. Naar aantal inwoners is het de vijfde grootste stad van Nederland. Hier wonen meer dan 220.000 mensen die, net als iedereen, proberen een beetje gelukkig te zijn. En dat lukt vrij aardig. Maar welke plek maakt hen hier nu precies zo gelukkig? En willen ze die plek ook delen met de vele bezoekers?

Op initiatief van Parktheater Eindhoven en Fontys Hogescholen gingen studenten van Fontys Hogeschool HRM en Psychologie op onderzoek uit. Er zijn veel kleine en grote plekken die mensen gelukkig maken in deze stad. 'De Ambassade van Geluk' selecteerde er 25. Gun jezelf het geluk om ze te ontdekken en om op een andere manier naar de stad te kijken.

- 1

Het Lichtfabriekje achter Glas
- 2

Het Droomhuisje vol Hoop
- 3

Energy Power van Dynamo
- 4

De Twinkeling van Twinkelbel
- 5

Het Kompas voor de Toekomst
- 6

De Zeven Stroomversnellingen aan het Museum
- 7

De Kleine Trommelaar aan de kerk
- 8

De Slimste Vierkante Kilometer van Nederland
- 9

De Gelukkige Hoeve
- 10

Bronnen van Verbeelding
- 11

De Vliegende Stenen van Pand P
- 12

De Kapel van de Zeven Smarten
- 13

De Gloeidraden van 't Bellefort
- 14

De Geluksvogels van Strijp-S
- 15

Dromen op de Bronheuvel
- 16

De Paradijselijke Boomgaard
- 17

De Speeltuin van je Drome
- 18

De Plataan met een Podium
- 19

Het Rad van Van Gogh
- 20

De Kameleon van de Berenkuil
- 21

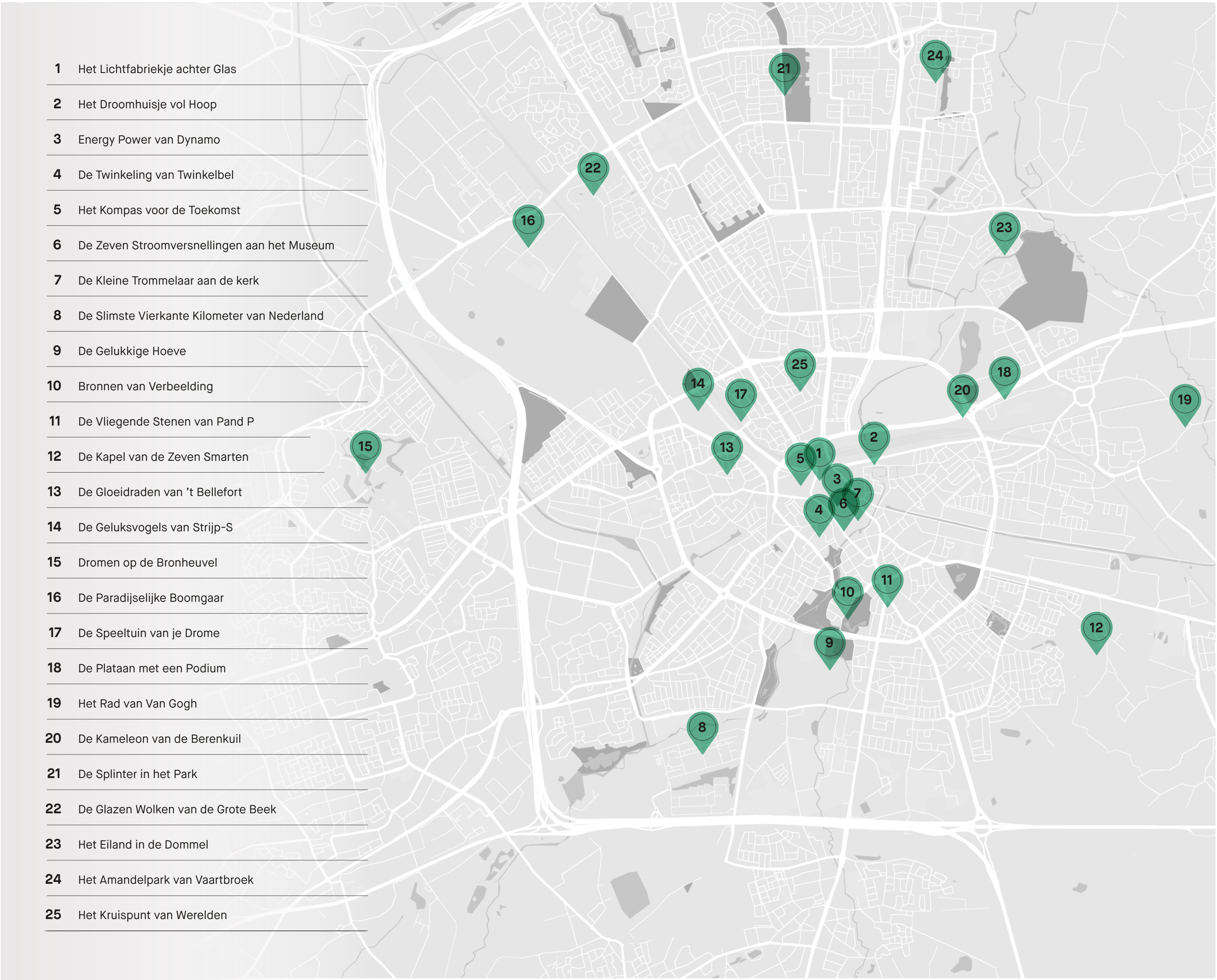
De Splinter in het Park
- 22

De Glazen Wolken van de Grote Beek
- 23

Het Eiland in de Dommel
- 24

Het Amandelpark van Vaartbroek
- 25

Het Kruispunt van Werelden





Het Lichtfabriekje Achter Glas

Philips Museum, Emmasingel 31, Eindhoven (Centrum)

De plek van geluk
Het Fabriekje, in het centrum van Eindhoven, waar Philips in 1891 begon, wordt nu beschermd door een glazen wand. Alsof het zelf in de vitrine staat. Het herbergt een interactieve tentoonstelling, een originele museumwinkel en een gezellig museumcafé onder het motto "een uitstap naar morgen".

Wat ons hier gelukkig maakt?
Herinneringen uit een niet zo ver verleden. De geur van oude scheermachines. Verwondering. Zien hoe alles verandert. Hoe we in het spel een team worden. Werken aan de toekomst.



Het droomhuisje vol hoop

Het Spelhuis, Inrijkmuseum, Dommelstraat 2a, Eindhoven (Centrum)

De plek van geluk
Even rust in de stad. Neem de tijd om op het bankje te gaan zitten bij het oude Spelhuis. Dat is nu een van de kleinste musea van Nederland. Voor het humanitair project 'Show Your Hope' hebben honderden kunstenaars uit heel de wereld in eenzelfde 'format' uitgedrukt wat voor hen hoop betekent. Al die werken hangen in dit museum. Hoop is de sterkste kracht van de mens en een pijler van geluk. Het is een 'inrijkmuseum' omdat je meestal ook door het raam de collectie al kan bewonderen. Meer op www.showyourhope.net.

Wat ons hier gelukkig maakt?
Een kleine plek in de grote stad. Langs de Dommel wandelen. Een hoopvol project. Optredens in De Effenaar. Muziek. Mensen van overal ontmoeten. Het geluid van kabbelend water.



Energy power van dynamo

Dynamo, Catharinaplein 21, Eindhoven www.dynamo-eindhoven.nl (Centrum)

De plek van geluk
Dynamo is een creatief platform voor jong talent: een jongerencentrum, poppodium, sportruimte, workshopruimte en school in één. Het codewoord is 'talentontwikkeling'. Daarvoor zorgen meer dan 20 medewerkers, 50 docenten, 25 stagiairs en 300 vrijwilligers elke dag weer. Dans, muziek, kunst, cultuur, sport, nieuwe media, alles draait rond Inspireren Leren Werken (ILW).

Wat ons hier gelukkig maakt?
Je wordt hier verrast door mooie inzichten en uitzichten: ruimte, de concerten / evenementen, lekker sporten en je passie volgen. Je leert hier misschien wel meer dan op school. Je kunt hier 'uit je bol gaan', even bijtanken en vrienden ontmoeten.



de twinkeling van twinkelbel

Winkel Twinkelbel, Kleine Berg 54, Eindhoven (Centrum)

De plek van geluk
In het verhaal nemen Peter Pan en het knutseliefje Tinkelbel ons mee naar Neverland (Nooitgedachtland) waar ze zorgen voor The Lost Boys (De Verloren Jongens). Het zou het verhaal van Twinkelbel kunnen zijn. In deze kleurrijke winkel met koffiehoek werken stralende mensen met een verstandelijke beperking. Ze maken er keramiek en kaarten en andere originele cadeaus voor iedereen. Stap binnen in deze wonderlijke wereld.

Wat ons hier gelukkig maakt?
De twinkeling in de ogen van iedereen die hier werkt. De spontane rondleiding die je zomaar krijgt. De intensiteit van het handwerk. Concentratie, vakmanschap, vriendelijkheid en de unieke stijl. Samenwerking, respect en creativiteit staan hier voorop. Wat een bijzondere sfeer.



Het kompas voor de toekomst

De Bibliotheek Eindhoven, De Witte Dame, Emmasingel 22, Eindhoven (Centrum)

De plek van geluk
De grootste, rustigste en meest inspirerende ontmoetingsplaats van de stad. Dat is de Bibliotheek. Met de motto's 'Ontwikkeling voor iedereen', 'Het Kompas voor de Toekomst' en 'De hele stad wordt er beter van' zorgt de Bibliotheek voor prikkelende informatie en gezellige hoekjes. Zoek je plekje in 'De Groene Wereld' voor alles over geluk.

Wat ons hier gelukkig maakt?
Een goed boek laat je anders naar de wereld kijken. Wie van boeken houdt, houdt van mensen. Dit is de beste plek voor een afspraak vergezeld van lekkere koffie. Hier voel ik me thuis en kom ik tot rust. Zoveel informatie om te groeien en bij te leren. Samen dromen met de personages in een boek. Werken aan de toekomst.



de 7 stroomversnellingen aan het museum

Tussen Stadhuis en het Van Abbe museum (Bilderdijklaan 10, Eindhoven, Centrum).

De plek van geluk
Bij de vier bankjes tussen het Stadhuis en het Van Abbe museum heb je een uniek uitzicht op de Dommel, de bruggen en het museum. De grijze leistenen waarmee het museum is bekleed komen uit Lapland. Het weer heeft invloed op de kleur van de leistenen; hun kleur verandert van zilvergrijs naar donker antraciet. Laat je betoveren. Voor het museum staat 'Balzac' van Rodin. Volgens sommigen het eerste echt 'moderne' beeldhouwwerk uit de geschiedenis. Het toont veel meer 'de persoon' dan enige fysieke gelijkenis.

Wat ons hier gelukkig maakt?
Zomaar een brok natuur midden in de stad. Het ruisen van het eeuwige water. Hoe de geschiedenis hier leeft tussen de massieve, oude oorlogsbrug en de nieuwe, gestileerde glazen brug. Alles verandert. Altijd iets nieuws ontdekken in een van de mooiste musea van het land.



De kleine trommelaar aan de kerk

Het beeldje naast de Catharinakerk, Catharinaplein, Eindhoven (Centrum)

De plek van geluk
Dit is een plek met een rijke geschiedenis. Hier stond al een kerk in de 12de eeuw. Naast de ingang van de grote Catharinakerk staat De Kleine Trommelaar, een beeldje van het Catharinagilde. Waar zie je zijn trommelstokken? Het gilde bestaat al sinds de 15de eeuw. Het is een broederschap van mannen, dienstbaar aan de Eindhovense samenleving. Het is de oudste nog actieve vereniging van Eindhoven. Wanneer voel jij je wel eens een 'kleine trommelaar'? Wat is dan jouw boodschap? En voor wie?

Wat ons hier gelukkig maakt?
Gewoon even zitten en kijken naar de altijd wisselende mensen. Het hart van Eindhoven. Verrast door de eeuwenoude geschiedenis waarop we lopen. Als het kan: even rust vinden in de kerk. Een stad die leeft.



De slimste km² van Nederland

High Tech Campus 1, Eindhoven (Gestel) (geopend ma - vr 06:30-20:30 uur)

De plek van geluk
The Strip op de High Tech Campus. De slimste km² in Nederland met 10.000 knappe koppen uit 80 verschillende landen, werkzaam bij 145 verschillende bedrijven. In 1998 richtte Philips de High Tech Campus op voor Research & Development. Maar al in 2003 had Philips het lef om andere bedrijven toe te laten. De visie was duidelijk: oplossingen van de toekomst komen uit een samenwerking van meerdere bedrijven. Open innovatie is de drijfveer van dit kleine, slimme stukje Eindhoven. In 2011 werd Eindhoven zelfs uitgeroepen tot de slimste regio ter wereld. Als je er rondloopt voel je dat. De plek is open voor iedereen.

Wat ons hier gelukkig maakt?
Zoveel culturen samen. Vertrouwen. Samenwerking. Open. Toekomst. Techniek. Visie. Ondernemingszin. Dynamiek. In de overtuiging de wereld een beetje beter te maken en beseffen dat je elkaar daarvoor nodig hebt.

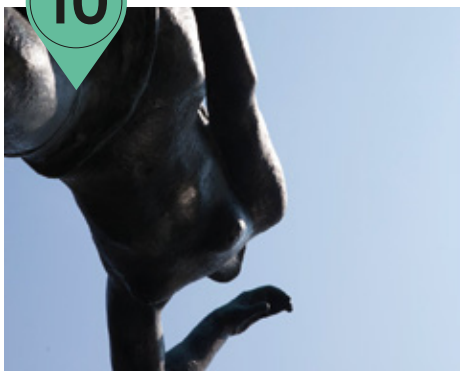


De gelukkige Hoeve

Genneper Hoeve in Genneper Parken, Tongelreepad 1, Eindhoven (Gestel)

De plek van geluk
Op deze biologische boerderij (125 ha) krijgen koeien, kippen en varkens de ruimte om lekker rond te scharrelen. Leef mee met de boer terwijl hij zijn dieren, akkers en tuinen verzorgt. Een fraai voorbeeld van een Brabantse langgevelboerderij waarin mensen en dieren vaak samen onder één dak vlevten.

Wat ons hier gelukkig maakt?
Het platteland midden in de stad. Kaas van gelukkige koeien en eieren van gelukkige kippen. Winter of zomer: als de zon schijnt is er altijd volk op de boerderij. Hier hebben de dieren een naam. Gezond en veelzijdig voedsel voor heel het gezin. Hoe mijn dochtertje zachtjes fluistert: 'Lieve kip, leg jij een ei voor mij?'



Bronnen van verbeelding

Stadswandelpark, Looiakkers, Eindhoven / Sterrenwacht: Alberdingk Thijmalaan 3 / Parktheater: Theaterpad 1 (Stratum)

De plek van geluk
Dit stadspark werd in 1921 speciaal ontworpen om te flaneren langs de gazons met uitzicht op het water. Rustig wandelen, spelen op de weide, picknicken aan de vijver ... allemaal dingen die ons oprecht gelukkig kunnen maken. Gebogen en rechte paden brengen je langs inspirerende kunstwerken, de oevers van de Dommel en zeldzame bomen (zoals zwarte berken en witte esdoorns). Dit park vormde de inspiratiebron voor de Efteling. Toen Philips hier in 1951 voor zijn zestigjarige bestaan een tijdelijke sprookjestuin van maakte, was het idee voor de Efteling geboren. De gelukstips brengen je naar drie sprookjesachtige plekken in het park.

Wat ons hier gelukkig maakt?
Elk seizoen kleurt anders. Naar de sterren komen kijken. Beuken, eiken, wilgen. Spelen. Picknicken. Het water. Gewoon op een bankje zitten. Joggen. De volière. Ademruimte.



De vliegende stenen van Pand P

Pand P, Leenderweg 45, Eindhoven. Elke dag open van elf tot elf.

De plek van geluk
De voormalige bioscoop Plaza Futura is een heerlijke 'thuiskamer' met vele deuren: voor de buurtbewoners, kunstenaars, kinderen, creatievelingen, nieuwsgierigen, theatermakers, rustzoekers en dromers. Zware stenen worden er plots lichter en je ziet ze zelfs vliegen. Ze zijn dan ook oorspronkelijk ontworpen als gestileerde kraaien.

Wat ons hier gelukkig maakt?
Zoveel verschillende mensen. Er gebeurt hier elke dag wat anders. Optredens van amateur verenigingen, een open podium, echt een buurttheater. Dit pand doet de wijk leven. De vliegende stenen bij zonsondergang. 'Lage drempel? Hier is gewoon géén drempel.' Hier voel ik me meteen thuis.



de kapel van de zeven smarten

Kapel aan Riel 14, Eindhoven (Stratum)

De plek van geluk
De kapel O.L.Vrouw van Zeven Smarten werd in 2008 door de bewoners heropgebouwd en wordt door de buurt onderhouden. Herken je de Zeven Smarten van Maria in de tegels? Riel was al in de 13de eeuw een gehucht van het dorp 'Zesgehuchten'. Op het bankje bij de kapel lijkt het wel of de tijd heeft stilgestaan. Mooie boerderijen onder hoge bomen, het lijkt wel een ansichtkaart.

Wat ons hier gelukkig maakt?
Deze plek straalt harmonie, schoonheid en vredige stilte uit. Ik wandel hier mijn verdriet en mijn melancholie weg en adem het boerenleven in. 'En langs het tuinpad van mijn vader zag ik de hoge bomen staan. Ik was een kind en wist niet beter dan dat het nooit voorbij zou gaan.'



De gloeidraden van 't Bellefort

Wijkcentrum 't Bellefort, Iepenlaan 40, Eindhoven (Strijp) (op zondag gesloten)

De plek van geluk
Een gloeidraad geeft warmte en licht, twee basisvoorwaarden voor geluk. Philips heeft er een heel imperium rond gebouwd. In het Philipsdorp zie je nog de oorspronkelijke huizen uit het begin van de 20ste eeuw. Duizenden vaklui kwamen hier toen dicht bij de fabriek wonen. Achter elke gevel schuilt een verhaal. In Wijkcentrum Bellefort komen al de gloeidraden uit de buurt samen. Ze geven warmte en licht.

Wat ons hier gelukkig maakt?
Dankbaarheid, samen zijn. Sociaal contact. Het gevoel van de glimlach. Leren van elkaar. Expressie. Gehoor geven aan gevoel. Eenvoud. Een warme wijk. Toekomst.



De geluksvogels van Strijp-S

Tussen Stadhuis en het Van Abbe museum (Bilderdijklaan 10, Eindhoven, Centrum).

De plek van geluk
Strijp-S werd in de jaren '70 nog 'De Verboden Stad' genoemd. 10.000 medewerkers van Philips mochten er alleen met een pasje in. Philips was volledig zelfvoorzienend en zorgde voor alles ('Van zand tot klant'). Na de leegstand kennen deze terreinen sinds 2006 een explosieve groei. Honderden kleine en grote ondernemingen hebben ervoor gezorgd dat deze plek 'het creatief en cultureel hart van Eindhoven' is geworden.

Wat ons hier gelukkig maakt?
Enorm veel prikkels. Hier leeft de toekomst. Optimisme. Ondernemingszin. Kunst en cultuur. Creativiteit. Klemtoon op duurzaamheid en iets zinvol. Hoopvolle gezichten. Dynamiek. Loskomen en loslaten.



Dromen op de Bronheuvel

Park Meerland (Strijp) (bereikbaar via parkeergarage aan de Grassavanne)

De plek van geluk
Dit is een historisch gebied. Tijdens de bevrijding in 1944 gooiden de Britse Airfield Repair Unit hier meer dan 1650 bomkraters dicht. Omgewoelde aarde geeft blijkbaar zuurstof aan de bodem. In deze buurt herrees het nieuwe vliegveld en de wijk Meerrijk waar nu meer dan 30.000 mensen leven, wonen, werken, winkelen en zich ontspannen. Wandel langs het water en de rotspartijen door het park naar boven op de Bronheuvel.

Wat ons hier gelukkig maakt?
Alles is in beweging. Bruggen. De horizon. Buitenlucht. Spelen. De verscheidenheid van mensen. Naar de vliegtuigen kijken. Loslaten van gedachten. Vliegen. Op adem komen.



De paradijselijke boomgaard

Philips Fruittuin, Oirschotsedijk 14a, Eindhoven (Strijp) (via rotonde Achtese weg Zuid)

De plek van geluk
Deze fruittuin is een uitgestrekte boomgaard aan de rand van het centrum en toch midden in het groen: 12 hectaren appel-, peren- en pruimenplezier. Dit was in 1930 een werkverschaffingsproject van Philips waardoor de arbeiders gestimuleerd werden om ook nog gezond fruit te eten. Nu lijken de moderne gebouwen opgetrokken uit oude fruitkisten. Wandel tussen de bomen en waan je even in het paradijs. Heeft Eva zin in een verleidelijke appel?

Wat ons hier gelukkig maakt?
Hier wordt fruit geteeld met respect voor de natuur. De mooiste picknick oot. Pannenkoek eten tussen de bloesems. In het najaar zelf appels komen plukken en thuis een heerlijke appeltaart bakken. De geur van vers. Kleuren, afhankelijk van het seizoen, maar altijd mooi. Als ik hier ben voel ik me gezond. Ik neem altijd een stukje van het paradijs mee naar huis.

Gelukstips

Uit De Gelukskalender 2017 - Een Jaar vol Geluk van Leo Bormans vind je in deze krant 18 gelukstips. 9 van deze tips vind je hier, de rest staan verspreid door de krant.

4

Wandel enkele minuten door je huis met je ogen dicht. Gebruik je tastzin. Neem dingen vast om nauwkeurig aan te voelen.

Op de geboortedag van Louis Braille (4 januari 1809) gaat de aandacht naar wie blind is.

Werelddag van het Brailleschrift

5

Kijk naar oudere mensen en focus op wat je mooi vindt aan hen. Doe dan hetzelfde voor jezelf.

“De vermoeiende pogingen om de tijd te overwinnen door effecten van veroudering te bestrijden, maken je niet gelukkig.”

Diane Keaton (*5 januari 1956), Amerikaans actrice, filmmaker en auteur

6

Bekijk je verdriet als een muurtje. Ga er even op zitten. Zoek dan links en rechts naar positieve bloesems in de twee tuinen naast je: die van het verleden en die van de toekomst.

“Verdriet is gewoon een muur tussen twee tuinen.”

Khalil Gibran (* 6 januari 1883), Libanees dichter

7

Welke plaats zou jij innemen op een voetbalveld: in het doel, vooraan, achteraan? Waarin zou jouw geluk daar schuilen? Wat zegt dat over jou?

“Ik ben gelukkig op het veld én ernaast. Al is het geluk naast het veld van een lagere intensiteit.”

Eden Hazard (* 7 januari 1991), Belgisch voetballer

8

Als je kon reizen in de tijd, naar welk moment zou je dan reizen? Wat zou je daar gelukkiger maken?

“Als tijdreizen mogelijk is, waar zijn de toeristen uit de toekomst dan?”

Stephen Hawking, (* 8 januari 1942), Engels fysicus

9

Teken een muur en schrijf er datgene op dat je werkelijk onoverkomelijk lijkt. Bedenk een paar mogelijkheden om over of langs de muur heen te geraken.

“Als je voor een onoverkomelijke hindernis staat, is koppigheid een domme eigenschap.”

Simone de Beauvoir (* 9 januari 1908), Frans schrijfster

10

Ons lichaam is een bijzondere levende machine. Leg jezelf eens extra in de watten vandaag: sporten, sauna, een warm bad, massage, voetbadje, ... Geniet ervan!

“Hoe ouder ik word, hoe meer ik inzie dat dood normaal is, en dat het leven is wat bijzonder is.”

Gunther von Hagens (* 10 januari 1945), Duits anatomist, uitvinder van plastinatie

11

Neem er vandaag de tijd voor. Waar zit die kwetsuur? Slaag je erin om de ander te vergeven? Misschien eerst in je hoofd en daarna ook in woorden.

“Als we ernstig gekwetst zijn door iemand, zullen we daarvan maar genezen als we in staat zijn te vergeven.”

Alan Paton (* 11 januari 1903), Zuid-Afrikaans schrijver

12

Noem iets in je dagelijks leven dat jij echt de moeite waard vindt. Concentreer je daar vandaag extra op.

“Concentratie is een van de dingen in het leven die je het gelukkigst maken.”

- Haruki Murakami (* 12 januari 1949), Japans schrijver



Joost Minnaar (links) en Pim de Morree

INTERVIEW

Corporate Rebels: op avontuur in bedrijvenland

Ze stonden er wat je noemt bijzonder goed voor. Pim de Morree, afgestudeerd aan de TU/e in Innovatie Management, had een goede baan in Nederland en voor Joost Minnaar, afgestudeerd aan de Universiteit van Barcelona in Nanotechnologie, gold hetzelfde in Spanje. Maar er klopte iets niet. Iets fundamenteels. En daar hadden de twee jeugdvrienden uit Zeeland het regelmatig met elkaar over. Pim, verklaart: “We waren allebei gefrustreerd door de organisatie waar we in werkten. Het werk was leuk, maar de structuur waarin het gebeurde niet. En als uiteindelijk doel hebben om zo veel mogelijk geld voor aandeelhouders te verdienen is ook niet echt motiverend.”



Auteur ???
Foto ???

Na het lezen van vele boeken over organisaties die het totaal anders aanpakken dan de old school bedrijfsstructuur, hakten ze eind 2015 samen de knoop door. Ontslag nemen en letterlijk op bezoek gaan bij de organisaties en personen die hen inspireren. Met hun bucketlist in de hand de wijde wereld in op zoek naar de werkplekken waar werknemers wel gelukkig zijn. Over hun ervaringen in Nederland, België, Scandinavië, Frankrijk en twee keer een maand Amerika houden ze een blog bij onder de naam Corporate Rebels. En die werd keihard opgepikt door (inter)nationale media. Iets dat hun project een enorme boost gaf.

Structurele organisatiefout
De vormgeving van veel organisaties is het resultaat van de oude managementtheorieën van Frederick Taylor en staan volledig in het teken van controle, daarin zit een fundamentele fout volgens Joost: "Hiermee ga je er vanuit dat de mens slecht is. Dat uit zich in wantrouwen, weinig verantwoordelijkheid en heel veel lagen. Als je uitgaat van de goedheid van de mens dan heb je die structuren niet nodig." "Eigenlijk word je gewoon behandeld als een klein kind. Om 9 uur netjes binnen zijn, tussendoor een lunchpauze en om 17 uur mag je weer naar huis. Wat je

tussendoor doet maakt niet zo veel uit, als je er maar bent. Maar als organisatie wil je iets bereiken en het zou niet moeten uitmaken hoe jouw mensen dat voor elkaar krijgen, dat kan ook 's avonds vanuit de kroeg", vult Pim aan.

Tijd voor een omslag
Ook al hebben ze misschien een vertekend beeld omdat ze tot over hun oren in deze nieuwe werkvormen zitten, ze proberen het zo realistisch mogelijk te zien zegt Joost: "Veel grote organisaties, zoals Apple of Tesla, zijn nog steeds succesvol op de oude manier. Ik denk dat de omslag veel meer zit in de opkomst van internet en transparantie. Dat er een punt komt dat bedrijven hier niet meer mee weggomen, maar dat zal bij een nieuwe generatie zijn die zich vooraf inlezen of ze wel bij dit en dat bedrijf willen werken. Een app zoals Glassdoor, zeg maar een TripAdvisor voor vacatures, is een toffe ontwikkeling." En Pim vult aan: "Tuurlijk zijn wij gekleurd, maar er verandert wel iets. De grote banken en verzekeraars hebben veel moeite om jonge talenten te vinden. En ze zoeken naar manieren om die wel aan te trekken. Veranderen is de key, beter zorgen voor hun werknemers." Die verandering moet wel op de juiste manier plaatsvinden: "Er zijn nu veel bedrijven die het dapper, maar geforceerd, proberen. Dan ga je aan je doel voorbij; het luisteren naar de werknemer. Je moet hen laten vertellen hoe je hun werk leuker kan maken. Dat is helemaal niet zo moeilijk, maar kost wel wat tijd en aandacht."

De Rebels in crisis
"We zijn dit begonnen als een persoonlijke zoektocht, het gaat om wat wij vinden van wat we aantreffen. Boeken en mensen die ons inspireren, daar schrijven we over. Ook als het tegenvalt, bijvoorbeeld bij Google. Dat slaat blijkbaar aan, want we werden opeens gevraagd om te spreken op congressen enzo. Maar dat bracht ook een identiteitscrisis voor ons met zich mee", verklaart Joost eerlijk, "We waren op bezoek bij wat goeroes op dit gebied en die vonden we minder interessant dan de echte doeners. Maar we begonnen juist die personen te worden die er alleen over schreven, we ontwikkelden onszelf richting de mensen die we het minst inspirerend vonden." Dat was voor Joost en Pim de aanleiding om zelf in de praktijk aan de slag te gaan als Rebel Networks: "Organisaties helpen om op een andere manier te gaan werken. Ze begeleiden in op een andere manier beslissingen nemen, meer vrijheid geven. Intern actief mensen aanspreken die het gaaf vinden om hiermee aan de slag te gaan en dan samen de verandering aangaan."

Binnenkort breekt de ware test aan voor de Corporate Rebels, ze gaan zelf mensen aannemen. Zo krijgen ze meer slagkracht om dit wereldwijde organisatieprobleem keihard aan te pakken. Maar hoe zal hun eigen organisatie zich gaan vormen? De avonturen van de heren zijn te volgen op hun weblog corporate-rebels.com en wil je ook meedenken, sluit je dan aan bij hun community op Slack.

Pim de Morree: “De grote banken en verzekeraars hebben veel moeite om jonge talenten te vinden. En ze zoeken naar manieren om die wel aan te trekken.”



Joost Minnaar: “Als je uitgaat van de goedheid van de mens dan heb je die structuren niet nodig.”





Folkert Huysinga

Een gevoelsmissie op technisch terrein



Folkert Huysinga was 10 jaar binnen Philips verantwoordelijk voor inkoop- en bedrijfsintegratieprocessen en besloot het roer om te gooien. Hij begon voor zichzelf als trainer en coach bij veranderprocessen. Met zijn bedrijf Hearttarget zit hij op de slimste vierkante kilometer van Europa: High Tech Campus (HTC).

“Je wordt constant gevormd in het leven door wat je meemaakt. Daarbij maak je zelf de keuze of je daar bij stil blijft staan of iets van leert en daardoor groeit. Zowel bij positieve als negatieve ervaringen.

Auteur ???
Foto ???

Daar heeft hij naast zijn normale werk een zeer dappere rol op zich genomen: “Je wordt constant gevormd in het leven door wat je meemaakt. Daarbij maak je zelf de keuze of je daar bij stil blijft staan of iets van leert en daardoor groeit. Zowel bij positieve als negatieve ervaringen. Ik ben me gaan verdiepen in waar mensen blij van worden. Tijdens een lezing heb ik Leo Bormans, de auteur van The World Book of Happiness, aangesproken. M’n belangrijkste vraag: hoe krijg ik wat meer geluksgevoel op HTC? Het is een officiële geluksplek van Eindhoven, maar er ontbreekt nog wel iets. Hij vroeg me of ik de geluksambassadeur voor de HTC wilde worden. Met 88 verschillende nationaliteiten in 150 verschillende bedrijven en 10.000 mensen is dat een enorme, maar dankbare, zoektocht.”

Rijkdom van culturen
HTC presenteert zichzelf als een open ecosysteem, met name gericht op het ontwikkelen van technische hoogstandjes. De mensen lopen niet zo makkelijk bij elkaar naar binnen voor zomaar een praatje. Dat maakt het lastig om iemand te ontmoeten en persoonlijk ervaring en kennis te delen. Folkert richt zich dan ook volledig op de factor mens: “Om ons ecosysteem nog verder te ontwikkelen heb ik het Inspiration Center opgericht. Een eerste aanzet om, met name de expats, te verbinden en daarmee bij te dragen aan hun geluk. Dat is heel divers, dus ik ben echt aan het pionieren. Muziek werkt vaak goed, maar de flashmob die ik organiseerde met PopEi en The Moods raakte niet iedereen zoals verwacht. Er lopen hier ook flink wat introverte mensen rond. De rijkdom van culturen is hier enorm, daarom hoop ik snel een fysieke plek op de campus te ontwikkelen die het samenbrengen makkelijker maakt. Laagdrempelig en ontspannen. Gelukkig krijg ik steeds meer bijval, er wordt

onderschreven dat het sociale aspect het technologische aspect versterkt.”

Alles komt voort uit mensen
Voor veel Eindhovenaren blijft ‘expats’ een ongrijpbaar begrip. Dat is het ook, want iedere expat is een ander mens. De gemene deler is dat ze, vaak met hun gezin, zijn ingevlogen vanwege hun kennis en kunde. Dan moet je maar zien te aarden in een nieuwe stad en je persoonlijke draai zien te vinden. Dit beter faciliteren is goed voor iedereen volgens Folkert: “Nederlanders worden gezien en ervaren als heel direct. Afspraak is afspraak, je doet alles stipt op tijd. We zeggen meteen waar het op staat. Maar natuurlijk is niet iedere Nederlander een lompe hork die om 12.00 uur broodjes kaas eet en melk drinkt. In 2005 kwam ik in Eindhoven en toen merkte ik dat de stad helemaal niet klaar was voor expats. Er gebeurde weinig in het Engels en er waren vrijwel geen initiatieven om expats onderling te verbinden. Dat is de afgelopen tien jaar wel sterk veranderd. De

komst van de expat HUB is heel goed en ik draag op HTC mijn steentje bij. Altijd uitgaan van de positieve kanten en voor wie vast zit lichtpuntjes bieden aan de horizon en die uitvergrooten. De drie pijlers van de stad, Design, Techniek en Kennis, komen allemaal voort uit mensen. Zet ze in hun kracht en geef ze de tools om er iets mee te doen, dan verrijk je elkaar.”

Door kleine stapjes te zetten, hoopt Folkert als geluksambassadeur het persoonlijke klimaat op HTC steeds verder positief te ontwikkelen. Hij ziet zichzelf als community manager die bestaande initiatieven verder tot leven laat komen en nieuwe plannen ontwikkelt. Zit je met een vraag, heb je ergens hulp bij nodig of heb je een geweldig idee, aarzel dan niet om contact met hem op te nemen. Hij kan en wil dit niet alleen doen, want zelf gelukkig zijn is mooi, maar samen gelukkig zijn is nog vele malen mooier.



Auteur ???
Foto ???

Ik geloof dat de meeste mensen intrinsiek gemotiveerd zijn en dat iedereen uitdagend en afwisselend werk wil hebben. Werk waar je lol aan beleeft en voldoening uit haalt. Hoe je dat vormgeeft kan per persoon verschillen. Als iemand niet gemotiveerd is of het plezier en de voldoening mist, dan zit er vaak een dieper liggende oorzaak achter."

Wat is jouw visie op talent?
"Ik zie talent als een eigenschap van een persoon die als het, in de juiste omgeving, wordt ontwikkeld en benut, leidt tot werkplezier, voldoening en excellente prestaties. Wat betreft die prestaties kun je onderscheid maken tussen intra persoonlijke en interpersoonlijke excellentie. Het eerste gaat om wat je zelf het beste kan en het tweede om waar je beter in bent dan anderen. Door ze te combineren versterken ze elkaar. Je begint vaak eerst met naar jezelf kijken: wat kan ik

beter dan de andere dingen die ik doe, wat geeft me energie en vind ik het allerleukste om te doen? Maar wil je jezelf krachtig neerzetten, en echt je talenten profileren, dan helpt het om jezelf met anderen te vergelijken. Daardoor krijg je een nog scherper beeld van wat echt jouw sterke punten zijn. Natuurlijk is talent een persoonlijk kenmerk en het ontdekken en ontwikkelen van talent een persoonlijke aangelegenheid. Maar een organisatie kan talent zeker ondersteunen en stimuleren."

Maar een bedrijf wil toch gewoon geld verdienen?
"Dat mag ook, maar moet je je werknemers dan als een pakje chocomelk helemaal leegzuigen en weggooien? Als je op zo'n consumerende manier naar je medewerkers kijkt, snij je je op de lange termijn zeker in de vingers. En het is de vraag of het überhaupt wel ethisch is om zo met mensen om te gaan. Het gaat om het verschil tussen Human Resources Management of Human Resources Management. In het eerste geval zie je je medewerkers als productiemiddel die moeten doen wat jij van ze verwacht, om zo bij te

dragen aan de organisatie resultaten. Dan zet je in op het managen en controleren van de prestaties van medewerkers. In het tweede geval heb je oog voor de eigen wensen, interesses en het algehele welzijn van je mensen. En biedt je ook ruimte om die behoeften te realiseren. Je probeert dan hun talenten en intrinsieke motivatie aan te boren, zodat zij zich competent voelen en met plezier en voldoening werken. Dan draag je bij aan het werkgeluk van mensen."

Is het voor organisaties makkelijk die omslag te maken?
"Het is een kwestie van de juiste aanpak. De gevestigde manier van werken maakt het soms lastig, daar zitten harde patronen uit het verleden in. Bovendien bestaan er vaak binnen een organisatie verschillende beelden over wat talent is en wat mensen gelukkig maakt, zonder dat daar over gesproken wordt. Juist die impliciete beelden kunnen een effectief talentbeleid in de weg zitten. Blijf dus constant met elkaar in gesprek. Daarnaast kunnen ook kleine dingen een groot effect hebben en ervoor zorgen dat mensen lekker in hun

vel zitten en zich competent voelen. Door te coachen en inspireren kun je mensen een duwtje geven. Een oprecht compliment kan wonderen doen. De juiste mensen aan elkaar koppelen, zorgen dat mensen prettig met elkaar kunnen samenwerken. Met als verbindende factor steeds het talent van de persoon. Blijf vragen stellen aan je medewerkers. Ben je tevreden, haal je er plezier en voldoening uit, wil je je nog verder ontwikkelen, wat heb je daarvoor nodig? Dan stuur je op talent."

Het draait dus allemaal om openhartig samenwerken?
"Precies. En een gezonde hoeveelheid zelfreflectie. Vraag jezelf af waar je energie van krijgt en wat je juist energie kost. Eigenlijk hoop je dat die verdeling 80%-20% is, waarbij je het merendeel van je tijd besteedt aan dingen die je energie geven. En maak dat bespreekbaar met je collega's. Misschien zijn de taken die jouw energie wegsurpen wel de droomtaken voor iemand anders. Bekijk samen hoe je elkaars talenten kunt benutten en het werkgeluk kunt vergroten."

Marian Thunnissen

Blijf altijd vragen stellen

Op 29 september 2016 werd het Lectoraat Dynamische Talentinterventies officieel gelanceerd bij Fontys Hogeschool HRM en Psychologie. Lector Marian Thunnissen onderzoekt samen met docenten, stafmedewerkers en studenten hoe organisaties in de praktijk handen en voeten geven aan de talentontwikkeling van hun medewerkers. Het doel van een lectoraat is door praktijkgericht onderzoek bij te dragen aan vernieuwing van de beroepspraktijk en van het onderwijs.

“Door te coachen en inspireren kun je mensen een duwtje geven. Een oprecht compliment kan wonderen doen.”





Frank Blom (midden)

Met een glimlach door het Catharina Ziekenhuis

De afdeling Chirurgie bestaat globaal gezien uit polikliniekmedewerkers, de verpleegkundigen op de verpleegafdeling en de chirurgen. Door nauw met elkaar samen te werken streven zij ernaar hun patiënten altijd zo gastvrij mogelijk te ontvangen. De medewerkers van STAPS, de Stuurgroep Algemene chirurgie Professionaliteit en Service, trekken enthousiast de kar om iedereen scherp te houden om continu een stapje extra te zetten. Een gesprek met enkele leden van deze werkgroep.



Auteur ???
Foto ???

Frank Blom, afdelingsmanager Chirurgie, gelooft heilig in de positieve aanpak van STAPS: "We werken met elkaar in een vakgebied dat vaak te maken krijgt met complexe situaties. Dan moet je goed voor elkaar zorgen. Dat maakt het makkelijker om iedere dag enthousiast naar je werk te gaan. Je moet elkaar ook durven aanspreken op je eigen verantwoordelijkheid. Zodra je een uniform aan hebt ben je in de ogen van patiënten en bezoekers 'het Catharina Ziekenhuis'. Wat jij doet, of juist niet, nemen zij mee in hun ervaring hier."

De details maken het verschil
Voor polikliniekassistent Dyanne Verhoeven zit het verschil dat je maakt in kleine dingen: "Een glimlach, mensen de weg wijzen, open zijn naar elkaar; het draagt allemaal bij aan een positieve sfeer. We willen zo veel mogelijk collega's enthousiast maken voor het feit dat je mensen veel plezier doet als je zelf een vrolijke instelling hebt. Daar doen we elke dag hard ons best voor."

"Door er samen voor te gaan, bijeenkomsten te organiseren en er echt bij stil te

staan hou je elkaar scherp", vult Joyce Walschots, coördinator polikliniek, aan en dat vraagt ook om een goed inschattingsvermogen: "Je wil er alles aan doen dat een patiënt van A tot Z goed behandeld wordt. En ieder stapje heeft gevolgen voor een volgende stap. We moeten goed meedenken met de patiënt en de familie. Iedereen staat anders in zijn verblijf hier, dus zelfs je woordkeus kan van grote invloed zijn."

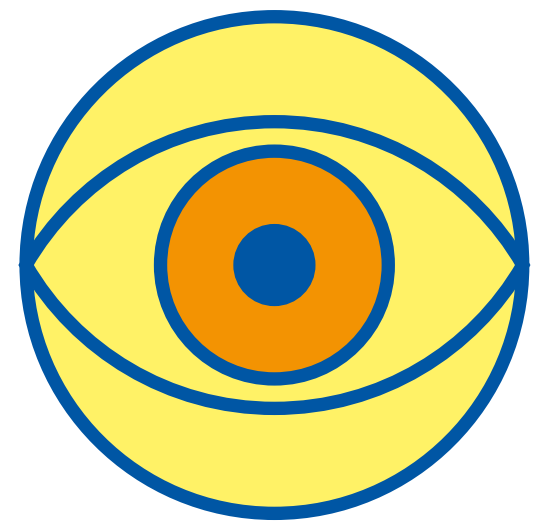
Herinneringen kleuren
Het managen van de verwachtingen van de patiënten en hun naasten speelt voor Kim Hommeles, teamleider Chirurgie, een belangrijke rol: "Welke informatie geef je wanneer en hoe lang laat je iemand wachten op antwoorden. Je vraagt soms nogal wat van het geduld van mensen. Daar moeten we nog beter op anticiperen. Meer uitleggen wat we doen, want dat geeft duidelijkheid en meestal ook direct rust." En het resultaat dat wij met STAPS bereiken is waar het uiteindelijk om draait. Dyanne vat het mooi samen: "Als je een beetje buiten de lijntjes kleurt, dan voeg je iets toe. Een afspraak of operatie is hier normaal, dat is wat de patiënt verwacht. Maar net even wat extra aandacht, dat maakt het verschil. Dat kleurt de herinnering van de mensen. Ook al kom je hier voor iets heel vervelends."

Frank Blom: "Ondanks dat hier heftige dingen gebeuren, hebben we wel plezier onderling. En dat merken patiënten ook. Daar zijn we met de hele afdeling verantwoordelijk voor."



De Fontys geluks—directeur

en zijn duidelijke visie



Hij begon als student Rechten in Utrecht, maar was dat na een jaar helemaal beu. Toevallig riep op dat moment ook de dienstplicht. Daar mocht hij twee maanden eerder mee stoppen om aan de Sociale Academie in Amsterdam te beginnen. Zijn scriptiebegeleider aan het einde van die rit inspireerde hem om weer rechten te gaan studeren en daar vloog hij in vier jaar met vlag en wimpel doorheen. Nu is Nus Waleson directeur van de Fontys Hogeschool Human Resource Management en Psychologie: “Het HBO moet zich richten op het klaarstomen van studenten voor een carrière op de arbeidsmarkt, niet op het opleiden voor een specifiek beroep.” Een eigenzinnige strijd die hij al jaren voert en die steeds meer bijval krijgt.

“Onze studenten moeten straks veel meer voor zichzelf zorgen dan mijn generatie, dan kunnen ze beter bezig zijn met iets waar hun kracht ligt en waar ze gelukkig van worden. Dat is de nieuwe rijkdom.”

Nus Waleson





Drie studenten van HRM en Toegepaste Psychologie zijn het afgelopen jaar bezig geweest met het in beeld brengen van hun persoonlijke ervaringen. De grote vraag: Wat betekent geluk nu in een studentenleven? Op de website van de opleidingen staan hun vlogs en op 15 maart, tijdens de Dutch Happiness Week, wordt de documentaire over hun ervaringen gelanceerd.

Auteur ???
Foto ???

In 2013 hebben we de koppen bij elkaar gestoken om te bekijken waar we nu stonden met de opleidingen en waar we in 2020 willen zijn. Zo kwamen we tot de conclusie dat geluk een essentieel maatschappelijk thema ging worden. Daarom streven we er naar om in 2020 bekend te staan als een expert-instituut op dit gebied. Dat we afstudeerders afleveren die een fundamentele bijdrage leveren aan de economie van geluk, op welk vlak dan ook.”

Nieuwe rijkdom
De belangrijkste omslag die Nus wil maken is in het onderwijs sturen op talenten in plaats van op competenties. Hierbij staat talent voor iets dat je beter kan dan de andere dingen die je kunt. Het verschil tussen wat anderen van je willen en wat je zelf wilt ontwikkelen. “Onze studenten moeten bijna 50 jaar de arbeidsmarkt op en ieder mens wil gelukkig zijn in het leven. Dat gaat je never nooit niet lukken als je de hele tijd bezig bent met het herstellen van iets waar je niet goed in

bent.” De veranderende economie en maatschappij speelt ook een belangrijke rol in zijn visie: “De vaste contracten gaan verdwijnen, de overheid trekt zich steeds verder terug. Vakbonden leveren een achterhoede gevecht, zijn vooral bezig met het redden van hun eigen hachje. Onze studenten moeten straks veel meer voor zichzelf zorgen dan mijn generatie, dan kunnen ze beter bezig zijn met iets waar hun kracht ligt en waar ze gelukkig van worden. Dat is de nieuwe rijkdom.”

Ommekeer in het onderwijs
Het bachelor/master systeem is hier in zijn ogen verkeerd ingevoerd, het Angelsaksische model werkt beter. Daar beginnen veel bachelor studenten heel breed met vakken die gericht zijn op zelfontwikkeling, zoals literatuur, sport, wiskunde, talen, techniek en filosofie, de zogenaamde Liberal Arts. Als je dan ontdekt waar je passie en talent ligt, kun je dat verder uitdiepen in je master. Het zwaartepunt van het onderwijs moet daarom anders volgens Nus: “We hebben drie functies: kwalificeren, vormen en socialiseren. Die eerste wordt steeds minder belangrijk, de tweede steeds belangrijker en de derde zou veel belangrijker moeten zijn. Dan

bereiden we studenten voor op een flexibele arbeidsmarkt en een echte participatiemaatschappij.”

Aanpassen en overleven
Het gaat om het bieden van opties in het onderwijs en dat is makkelijker gezegd dan gedaan, dat merkt Nus ook: “Het is een proces waarin we ieder jaar stappen maken, maar voor mijn gevoel gaat het niet hard genoeg. Zo wil ik heel graag af van het bindend afwijzend studieadvies na het propedeuse jaar. Er mag wel een dringend advies komen als we merken dat iemand niet op zijn plek is, maar niet dwingend. En we moeten alternatieven en een goede begeleiding bieden. Iemand pas loslaten als die op de juiste plek zit. Als we dat voor elkaar krijgen zijn we weer een flinke stap dichterbij het talentgericht onderwijs. Zoiets vraagt om intern aanpassingsvermogen. Als je als organisatie niet op tijd de innovatiecirkel draaiende krijgt dan val je om, V&D is daar een duidelijk voorbeeld van. Dat inzien en het lief hebben om je product aan te passen, daarmee kun je overleven. Dat geldt voor bedrijven, overheden en het onderwijs.”

Als je als organisatie niet op tijd de innovatiecirkel draaiende krijgt dan val je om, V&D is daar een duidelijk voorbeeld van.

Professor Ruut Veenhoven: De oervader van wetenschappelijke geluksverbanden

Hij begon, al ver voor de komst van internet, met het verzamelen en indexeren van wetenschappelijk onderzoek op het gebied van geluk. Zijn World Database of Happiness was de inspiratiebron voor Leo Bormans, die op zijn beurt aan de basis lag van onder andere Dutch Happiness Week. Een korte uiteenzetting van Ruut Veenhoven, de geluksprofessor van Nederland, over het sturen op geluk in het publieke domein.



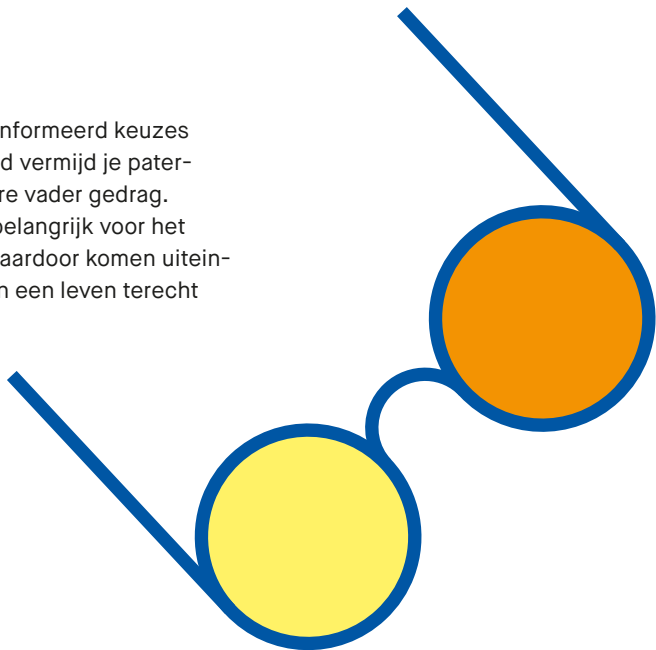
Ruut Veenhoven

Auteur ???
Foto ???

Het is een beetje vergelijkbaar met het sturen op gezondheid. Dat is in de eerste plaats gebaat bij een nette omgeving: de aanwezigheid van riolering, het keuren van voedsel, dat soort dingen. Bij geluk geldt dat er een ietwat voorspelbare omgeving moet zijn met een goed bestuur. Als je landen vergelijkt blijkt daar het sterkste verband te zitten. Goede ambtenaren, geen corruptie en niet teveel verschil tussen de regels en de praktijk. Er zijn natuurlijk nog veel meer omgevingsfactoren waar je als bestuur invloed op hebt: parken, theaters, scholen, dus de voorzieningen die een overheid biedt. Dat is één kant. De andere kant is dat mensen, in die door de overheid geschapen omgeving, zelf zorgen voor een leuk leven. Om het weer te vergelijken met gezondheid: ook al is er riolering en zijn gebouwen veilig gemaakt, dan moet je nog steeds zelf zorgen dat je jezelf niet kapot zuipt en rookt. En dat je zo nu en dan een appel eet en gaat sporten. Bij geluk is dat actief handelen nog veel belangrijker.

Nederlanders zitten gemiddeld op een 8- qua geluk. Dat is goed, maar kan nog veel beter. Denemarken scoort bijvoorbeeld een 8+, als het daar kan waarom hier dan niet? De overheid in Nederland is goed, ondanks dat er veel op gezeurd wordt. Vrijwel geen corruptie en problemen die door politici en actiegroepen op de agenda worden gezet, worden ook daadwerkelijk opgelost. Een nevenverschijnsel is wel, dat de krant vol staat met negatief nieuws. De vuile was hangt buiten en de burger denkt, al zuchtend 'Vroeger was alles beter...', dat er veel mis is in het land. Ik noem dat sociale hypochondrie. De ongelukkigen in Nederland zijn meestal niet de armen, maar de mensen die met geestelijke problemen kampen: depressie, neurose, stress. De overheid kan daarbij helpen door te investeren in de GGZ. Goede voorlichting over geestelijke gezondheid speelt daarin ook een grote rol. Wat ook helpt is goede informatie over gevolgen van levenskeuzes op geluk, zoals een gezin stichten of zzp'er worden. Als je voor zo'n keuze staat is het prettig om te weten hoe dat heeft uitgedaakt bij anderen, zeker bij types die op jou lijken. Dat valt goed te onderzoeken en de overheid kan dit soort onderzoek stimuleren. Burgers

kunnen dan goed geïnformeerd keuzes maken en als overheid vermijd je paternalisme, het autoritaire vader gedrag. Keuzevrijheid is erg belangrijk voor het geluksgevoel, want daardoor komen uiteindelijk meer mensen in een leven terecht dat bij hen past.”



“Er is geen vast recept voor geluk. Je kan bijvoorbeeld niet zeggen: liefde is geluk. Dat is niet hetzelfde. Het leidt wel vaak tot geluk, maar als de liefde niet beantwoord wordt dan is het puur ongeluk.”



“Processen veranderen enorm. Dat maakt het niet makkelijk om het snel op grote schaal aan te pakken. Het draait toch om mensen.”

Techniek en zorg, een gelukkige combinatie

Eveline Wouters staat aan het hoofd van het lectoraat Health Innovations and Technologies van Fontys Paramedische Hogeschool. Ze doet dus onderzoek naar technische innovaties ten behoeve van de zorg. Uiteraard niet alleen, maar wel op een andere manier dan hoe bij de meeste lectoraten gaat: “Meestal werkt een lector met een kenniskring van onderzoekers. Hier laten we onderzoek en onderwijs zo veel mogelijk door elkaar lopen. We hebben geen onderzoekers die geen docent zijn. Alles wat je ontdekt kan meteen de praktijk in. Dan hoef je niet te wachten op een wetenschappelijke publicatie.”



Auteur ???
Foto ???

Het lectoraat richt zich op drie pijlers: ontwikkelen vanuit de gebruiker, het begeleiden van implementatie- en acceptatieprocessen en de overgang van opleiden tot brede professional in plaats van pure vakspecialist. Met als doel de gezondheid, kwaliteit van leven en daarmee het geluk van mensen naar een hoger niveau te tillen. Het uitgangspunt van wat gezondheid is moet dan wel duidelijk zijn, legt Eveline uit: “Iemand is voor ons gezond als ie met de dagelijkse dingen uit de voeten kan. Je hoeft dus niet helemaal vrij te zijn van ziekte of problemen op fysiek of mentaal gebied. Zorg moet bijdragen aan die algehele gezondheid. Soms is dat heel eenvoudig, als er iets genezen moet worden. Maar vaak gaat het om (oudere) mensen die heel veel verschillende chronische aandoeningen hebben. Dan krijgt zorg een andere kleuring: mensen die met die uitdagingen

zitten ondersteunen. En daar kan techniek enorm bij helpen.”

Anders denken

“Mensen willen eigenlijk liever niet verzorgd worden, ze willen iets betekenen. Dat maakt je gelukkiger. Je kan jongeren met ouderen laten skypen omdat ze zielig en eenzaam zijn, maar je kan ook ouderen inschakelen om al skypend jongeren wat te leren. Dan wordt het een heel ander verhaal en de sociale interactie is er toch wel. De leergierigheid van ouderen op het gebied van techniek is veel groter dan vaak door zorgverleners gedacht wordt. Ze willen heel graag, maar hebben wel wat hulp nodig. Van de kleinkinderen bijvoorbeeld. Als ze maar voldoende het nut inzien en het op een leuke manier ingezet wordt, dan is de wil heel groot”, legt Eveline uit. Maar ze ziet ook de moeilijkheden op het gebied van techniek en zorg: “Dat heeft te maken met regelgeving, bijvoorbeeld over wie betaalt voor de spullen en de service die nodig is. En de technologie verandert het zorgproces enorm. Het implementatieproces is behoorlijk ingewikkeld, niet alleen een

kwestie van de juiste apparatuur aanschaffen en een keer een training geven. Er is een omslag in de werkcultuur voor nodig en die is meestal gebonden aan regels en protocollen. Gebruik je een GPS-systeem bij dementerende patiënten om ze meer vrijheid te geven, dan komen daar andere verantwoordelijkheden bij kijken. Daar moet je, samen met familie en zorgverleners, risicoanalyses voor maken. Hoe hou je iemand in de gaten die buiten de deur is? Wat doe je als het systeem uitvalt? Processen veranderen enorm. Dat maakt het niet makkelijk om het snel op grote schaal aan te pakken. Het draait toch om mensen.”

De verandering is gaande

“Wat ik zie is dat zorginstellingen zich anders aan het inrichten zijn. Dat komt onder andere doordat mensen steeds meer zelf in de gaten kunnen houden, hun bloedsuikerspiegel om maar iets te noemen. Daarmee dwingt de technologie zorgprofessionals in een meer coachende rol, die omslag is bezig. Mensen meer zelf de regie geven in hun ziekteproces. Daardoor krijg je als professional ook meer

ruimte om een patiënt als volledig mens te zien, in plaats van je volledig te focussen op het zorgprobleem. Je blijft expert op je gebied, maar krijgt meer ruimte om naar het totaalplaatje te kijken. Daar worden studenten nu ook voor opgeleid, het verschuift van pure vakspecialist naar iemand die in heel veel omstandigheden flexibel kan reageren. Dat komt niet alleen de samenwerking met andere zorgprofessionals ten goede, maar ook de patiënt wordt erkend als expert. Die weet namelijk het meest van zijn eigen leven. Wat we hier graag doen is het echt begrijpen van wat gebruikers willen en kunnen. Zo kunnen we de wederkerigheid op z’n best tot stand laten komen. Dat hoeft niet ingewikkeld te zijn, het begint met goed luisteren. En dan daadkrachtig samenwerken met alle betrokken partijen. Dus niet top down techniek ontwikkelen en die de zorgmarkt ingooien, maar juist kijken waar behoefte aan is. Vanuit de beroepspraktijk dingen ontwikkelen met zorgverleners, patiënten, studenten en technologie bedrijven.”



Ook op zoek
naar werk dat
gelukkig maakt?

Ga naar www.driessen.nl/vacatures voor al
onze vacatures binnen overheid, onderwijs, zorg
& welzijn en cultuur.

driessen
HRM 