

SAM presenteert

Wat je ook doet of hoe oud je bent, er is altijd iets nieuws te leren. Voor werk, privé of de toekomst. SAM helpt je. Samen met GoodHabitZ biedt SAM iedereen in de technische groothandel gratis toegang tot meer dan 150 online trainingen, zelftesten en lessen. Ontdek wie je bent, waar je talenten liggen en ontwikkel je skills.

test jezelf

Test jezelf met de korte, leuke en leerzame online **assessments** (persoonlijke tests) van GoodHabitZ! In slechts **7 minuten** ontdek je wie je bent, wat je kunt en waar je naartoe wilt. Geen lange vragenlijsten of saaie rapporten, maar snelle en interactieve testen voor jou, je team en je organisatie. Zo krijg je direct inzicht in je talenten en ontwikkelkansen. En het mooiste? Het is **leerzaam, verrassend** en **hélemaal des GoodHabitZ!**

lessen

Elke **Les** van GoodHabitZ biedt **5 leervormen**, zoals filmpjes, artikelen en interactieve activiteiten. Zo leer je niet alleen de theorie, maar pas je die ook meteen toe. **Zelfreflectie** staat centraal, een cruciale stap in persoonlijke groei. De content is aantrekkelijk, behapbaar en sluit perfect aan bij jouw **leerambities**. Meer interactie en betrokkenheid zorgen voor extra motivatie om door te gaan!

meer dan 150 trainingen van GoodHabitZ

Breng je medewerkers en teams **in beweging** op de leergebieden die voor jouw organisatie belangrijk zijn. Met de **unieke aanpak** van GoodHabitZ krijgen werknemers zelfinzicht en de juiste middelen om essentiële vaardigheden te ontwikkelen. Van betere communicatie tot creatiever denken – met **meer dan 150 trainingen** is er voor iedereen iets passends.

Dit zijn de 4 pijlers van SAM, klik op de tegel voor de test!

SAM is fit

Hoe fit en gezond ben ik?

SAM is betrokken

Hoeveel plezier in m'n werk heb ik?

SAM is slim

Hoe blijf ik bij met ontwikkelingen in mijn vak?

SAM is in balans

Hoe houd ik mijn werk-privébalans op peil?

Het GoodHabitZ aanbod wordt regelmatig uitgebreid. Ga voor het meest actuele overzicht van assessments en trainingen naar samwerkt.nl/goodhabitZ

goodhabitZ

per categorie heeft SAM alvast een selectie gemaakt:

SAM is fit

Hoe fit en gezond ben ik?

Assessments

- Mentale gezondheid – vraag en vertel
- Gewoontes – twist je habits
- Persoonlijkheid – neem jezelf onder de loep

Lessen

- Gaat het wel?

Online trainingen

- Vitaliteit
- Lekker in je vel
- Ban de burn-out
- Goed met geld
- Tel tot 10 – emotiemanagement
- Veerkracht
- Veilig aan het werk

SAM is betrokken

Hoeveel plezier in m'n werk heb ik?

Assessments

- Werkgeluk – pluk de (werk)dag!
- Motivatie – wat beweegt jou?
- Teamrollen – hoe versterk jij het team?
- Teamspirit – spatten de vonken ervan af?

Lessen

- Werkplezier
- Teamspirit

Online trainingen

- De geluksformule
- Optimisme voor beginners
- Teamwork
- Omgaan met agressie

SAM is slim

Hoe blijf ik bij met ontwikkelingen in mijn vak?

Assessments:

- Algemene intelligentie – meet je brainpower
- Digitaal werken – ben jij er klaar voor?
- Succes – test je powereigenschappen

Lessen:

- Generatieve AI
- Status: verbonden

Online trainingen:

- Regisseer je loopbaan
- Het goede gesprek
- Klantgericht werken
- Blijve klanten blijven
- Survivalgids voor verkopers
- Omgaan met laaggeletterdheid
- Deutch am Arbeitsplatz
- Gewoon goed Nederlands
- Lean
- Scrum
- Artificial Intelligence
- Boost je digitale vaardigheden
- Excel compleet
- Microsoft 365 (diverse titels)

SAM is in balans

Hoe houd ik mijn werk-privébalans op peil?

Assessments:

- Mindfulness – hoe zen ben jij?

Lessen:

- Haal meer uit je tijd
- 'Nee' is ook een antwoord
- Kiezen zonder twijfel
- Ben jij digitaal in balans?

Online trainingen:

- Werk-privé balans
- Timemanagement
- Stress is fijn
- Slimmer dan stress
- Grip op je leven, rust in je hoofd
- Mindfulness
- Afkicken van social media