

Inhaken maar!

Seppworks inhaakkalender 2025

JAN

1



Begin van Dry January

Geef deze maand alcoholvrije drankjes een hoofdrol bij de vrijmibo. Gezellig, fris én helemaal van nul!

11

Dankjeweldag

Spreek je dankbaarheid uit naar medewerkers! Deel handgeschreven kaartjes met een persoonlijke boodschap van waardering.

16

Niksdag

Geef iedereen twee keer 10 minuten extra pauze om even te niksen.

20

Blue Monday

Deel kleine blauwe 'blyje post-its' uit met complimenten of motiverende vragen zoals: 'Wat maakt jou blij vandaag?'

28

Dag van het Werkplezier in de Zorg

Organiseer een 'complimentenwand' waar iedereen mooie berichten kan achterlaten voor de zorgverleners.

FEB

6

Time to talk day

Organiseer tijdens de lunch een moment waar medewerkers hun gedachten, zorgen of complimenten kunnen delen op post-its.

11

Maak vriendendag

Nieuwe collega's? Organiseer speeddates om nieuwe collega's op een gezellige manier beter te leren kennen.

14

Valentijnsdag

Een paar hartjessnoepjes op de werkplek van je medewerkers doet al wonderen, let maar op!

17

Random act of kindness day

Verspreid kaartjes met kleine 'extra vriendelijkheid-opdrachtjes' door de organisatie (bijv. in de lift, bij de koffiehoek of op bureaus). Wie een kaartje vindt, volbrengt de opdracht!

20

Voorbeelden: stuur een positief berichtje naar een collega, zeg "dank je wel" tegen iemand voor iets kleins, breng een collega een kop koffie of thee zonder dat ze het verwachten of geef vandaag een collega een oprecht compliment.

MRT

1

Complimentendag

Maak doorgeefkaartjes met complimenten: vind je een kaartje? Geef hem door aan een collega!

10-16

Brain awareness week

Organiseer een korte workshop over het brein, met handige tips om de hersenen gezond en scherp te houden.

14-15

NL Doet

Organiseer een gezamenlijke vrijwilligersactie waarbij medewerkers een paar uur de handen uit de mouwen steken voor een goed doel.

14

Dag van de Slaap

Deel slaap-gerelateerde tips op intranet, zoals het belang van een slaaproutine en hoe schermgebruik je slaap beïnvloedt.

20

Dag van het Geluk

Maak vragenkaartjes met vragen over geluk, zoals 'Wanneer ben jij gelukkig?' of 'Wat betekent geluk voor jou?'. Verspreid deze op de werkvloer voor gesprekken die inspireren en bewustwording creëren.

APR

3

Wandel tijdens je Werk-dag

Stapril! Organiseer een stappenchallenge. Wie zet de meeste stappen en wint een leuke prijs?

Wij helpen je graag bij het opzetten van een online challenge!

6

Wereld Tafeltennisdag

Organiseer een tafeltennistoernooi, met leuke prijzen voor de winnaars!

7

Wereld Gezondheidsdag

Zet gezonde snacks zoals fruit, noten of smoothies neer en moedig medewerkers aan om voor een gezond alternatief te kiezen.

7-11

Week van de Overgang

Organiseer een Lunch & Learn over de overgang, waar medewerkers informatie kunnen krijgen en ervaringen kunnen delen.

28

Werelddag voor Veiligheid en Gezondheid op het Werk

Laat medewerkers hun zorgen over veiligheid en gezondheid delen en verbuiging creëren.

MEI

4

Dag van de Lach

Organiseer een lach-workshop, online of offline. Buikpijn gegarandeerd.

10

Offline-dag

Moedig medewerkers aan om hun telefoon voor een paar uur (of de hele werkdag) aan de kant te leggen en zich volledig te concentreren op werk zonder digitale afleiding.

15

Fiets naar je Werk-dag

Beloof medewerkers die fietsen naar het werk met een gezonde snack of een handige fietsaccessoire, zoals een waterfles of fietslamp.

21

World Meditation Day

Zet een korte meditatie-sessie op de agenda, bijvoorbeeld een 10-minuten ademhalingsoefening voor ontspanning.

JUN

1

Zeg iets Liefs Dag

Maak vrolijke kaartjes waarop collega's iets liefs over hun collega kunnen opschrijven. Schrijf de namen van collega's er vast op, zodat iedereen een kaartje krijgt.

2

Leave the office early Day

Laat medewerkers een realistische planning voor de dag maken en bied de mogelijkheid om te vertrekken zodra de taken zijn afgerond. Productiviteit gegarandeerd!

19

Dag van het Slenteren

Moedig collega's via posters aan om alles vandaag op standje 'schildpad' te doen: rustig eten, de tijd nemen voor een wandeling, even wachten bij het koffieautomaat en niet overhaasten.

23-27

World Wellbeing Week

Organiseer een week vol kleine activiteiten, zoals ademhalings-oefeningen, gezonde lunches, mindfulness-sessies en stoelmassages.

JUL

2-27

EK voetbal vrouwen

Organiseer een 'Samen Juichen'-actie met schermen, snacks en een gezellig moment om de vrouwen aan te moedigen.

15-18

Nijmeegse Vierdaagse

Organiseer een stappenchallenge: wie de meeste stappen zet, wint een leuke prijs.

Wij helpen je graag bij het opzetten van een online challenge!

22

Wereld Hersendag

Deel 'Hersenvoedsel' in de vorm van gezonde snacks, zoals noten en bosbessen, én tips om de hersenfunctie te verbeteren.

24

Dag van de Zelfzorg

Plaats herinneringen in de vorm van post-its of tafelkaartjes op werkplekken met tips zoals 'Neem een pauze' of 'Sta even op en rek je uit'.

AUG

15

National Relaxation Day

Laat stoelmassieurs langskomen, zodat medewerkers kunnen ontspannen met een snelle schouder- of nekmassage.

26

Hondendag

Zet alle kantoorhonden in het zonnetje! Extra knuffels, brokjes en wandelingen voor de vrolijke viervoeters.

SEPT

12

Mindfulness Day

Hang een poster op met korte mindfulness-oefeningen, zoals 'Adem in... Adem uit...'

13

Dag van het Positief Denken

Begin de dag met een kort teamoverleg waarin iedereen iets deelt waar ze dankbaar voor zijn, zowel op werk als privé.

22-26

Week van het Werkgeluk

Hergebruik de kaartjes van 20 maart!

22-28

Nationale Vitaliteitsweek

Hét moment om vitaliteit op de agenda te zetten! Organiseer een vitaliteitsweek met korte activiteiten zoals gezonde lunchpauzes, bewegingssessies, ademhalingsoefeningen en masterclasses.

Wij helpen je graag bij het organiseren van deze week!

OKT

1-31

Stoptober

Start een Stoptober-challenge: Moedig medewerkers aan om samen te stoppen met roken, met een gezamenlijk doel en steun via een WhatsApp-groep of intranet.

3

World Smile Day

'Bring a smile' challenge: Moedig medewerkers aan om een grappige GIF of MEME te delen in de groepsapp of op het intranet.

4

Improve Your Office Day

Moedig medewerkers aan hun bureau op te ruimen en te herorganiseren. Ongeruimd bureau = ongeruimd hoofd.

10

Dag van de Mentale Gezondheid

Hang een grote poster op met Tips voor mentaal sterk waar medewerkers post-its kunnen ophangen met hun eigen tips voor mentale gezondheid.

NOV

10

Dag van de Mantelzorg

Zorg voor een stapel bedankkaartjes en laat medewerkers deze invullen voor hun collega's die mantelzorgers zijn.

10-14

Week van de Werkstress

Start je overleg deze week met een korte check-in, zoals: 'Wat geeft je de meeste stress en hoe lossen we dat op?' Laat iedereen in één zin antwoorden.

19

Heb een Slechte Dag-dag

Maak een grote klaagmuur (poster) waar medewerkers al hun frustraties kunnen opschrijven en daarna achter zich laten.

25-26

Kerst

Verstuur persoonlijke dankjewel-kaartjes aan medewerkers om je waardering voor hun inzet het afgelopen jaar te uiten.

DEC

1

Verjaardag Seppworks

Goede reden voor taart!, toch?

5

Dag van de Vrijwilliger

Zet medewerkers die zich vrijwillig inzetten in de spotlight met een foto of kort interview.

19

Foute Kersttruiendag

Organiseer een wedstrijd voor de meest creatieve kersttrui en geef een leuke prijs aan de winnaar.

25-26

Kerst

Verstuur persoonlijke dankjewel-kaartjes aan medewerkers om je waardering voor hun inzet het afgelopen jaar te uiten.