

Stress en Burn-out Coach ~ Voorjaar 2026

Amsterdam



Hoofddocent: Martine Hilverda
Locatie: BCN - Hoogoorddreef 5 - 1101 BA - Amsterdam
Dag en lestijd: vrijdag 09:30 - 16:30 uur

Les	Datum	Inhoud van de lessen	Docent(en)
1	13-03-2026	Wat is stress? Oorzaken micro/meso/macro gezond/ongezond stressfysiologie - GEZAMELIJK IN NIEUWEGEIN	Anette Martens
2	27-03-2026	Stresssignalen/ lich. Psych. Gedragmatig.	Martine Hilverda
3	10-04-2026	Stressfysiologie, overspannenheid en burn-out	Martine Hilverda
4	08-05-2026	Veerkracht 1 Model van Fransen Karakter/ soc. Steun	Lia Goossens
5	22-05-2026	Veerkracht 2 Bezieling, waarden, doelen en focus	Martine Hilverda
6	12-06-2026	Veerkracht 3 Gezonde levensstijl	Martine Hilverda
7	19-06-2026	Objectieve druk 1 Privé, alledaags, chronisch, trauma's	Lia Goossens
8	03-07-2026	Supervisie	Martine Hilverda
9	04-09-2026	Objectieve druk 2 Werk, prioriteiten, plannen	Martine Hilverda
10	18-09-2026	Subjectieve druk 1 Stressverhogende gedachten, kernkwaliteiten	Lia Goossens
11	02-10-2026	Subjectieve druk 2 Denkvoorkeuren RET, NLP	Lia Goossens
12	30-10-2026	Subjectieve druk 3 Omgaan met emoties	Martine Hilverda
13	13-11-2026	Praktijkvoering 1 Anamnese/diagnose/ indicaties, contra-indicaties/ behandelprotocol Kernvragen	Martine Hilverda
14	20-11-2026	Supervisie	Martine Hilverda
15	04-12-2026	Praktijkvoering 2 Privéstress (6 levensgebieden) Casuïstiek	Martine Hilverda
16	18-12-2026	Examen: theorie en praktijk	Martine Hilverda

Let wel:

Dit lesrooster is onder voorbehoud van wijzigingen.

Het herexamen voor deze opleiding vindt plaats op 19-01-2027 in Den Bosch (Hedel).

Stress en Burn-out Coach ~ Voorjaar 2026

Nieuwegein



Hoofddocent: Anette Martens

Locatie: Vijfhart Opleidingscentrum - Iepenhoeve 9a - 3438 MR - Nieuwegein

Dag en lestijd: vrijdag 09:30 - 16:30 uur

Les	Datum	Inhoud van de lessen	Docent(en)
1	13-03-2026	Wat is stress? Oorzaken micro/meso/macro gezond/ongezond stressfysiologie	Anette Martens
2	20-03-2026	Stresssignalen/ lich. Psych. Gedragmatig.	Claire Becking
3	10-04-2026	Stressfysiologie, overspannenheid en burn-out	Anette Martens
4	08-05-2026	Veerkracht 1 Model van Fransen Karakter/ soc. Steun	Claire Becking
5	22-05-2026	Veerkracht 2 Bezieling, waarden, doelen en focus	Anette Martens
6	05-06-2026	Veerkracht 3 Gezonde levensstijl	Anette Martens
7	19-06-2026	Objectieve druk 1 Privé, alledaags, chronisch, trauma's	Claire Becking
8	03-07-2026	Supervisie	Anette Martens
9	04-09-2026	Objectieve druk 2 Werk, prioriteiten, plannen	Claire Becking
10	18-09-2026	Subjectieve druk 1 Stressverhogende gedachten, kernkwaliteiten	Claire Becking
11	02-10-2026	Subjectieve druk 2 Denkvoorkeuren RET, NLP	Anette Martens
12	30-10-2026	Subjectieve druk 3 Omgaan met emoties	Anette Martens
13	13-11-2026	Praktijkvoering 1 Anamnese/diagnose/ indicaties, contra-indicaties/ behandelprotocol Kernvragen	Claire Becking
14	20-11-2026	Supervisie	Anette Martens
15	04-12-2026	Praktijkvoering 2 Privéstress (6 levensgebieden) Casuïstiek	Anette Martens
16	18-12-2026	Examen: theorie en praktijk	Anette Martens, Claire Becking

Let wel:

Dit lesrooster is onder voorbehoud van wijzigingen.

Het herexamen voor deze opleiding vindt plaats op 19-01-2027 in Den Bosch (Hedel).