



## Timemanagement

- alles onder controle -

### WAT

Deze eendaagse workshop heeft tot doel je handvatten aan te reiken waarmee je grip kunt krijgen op je tijd. Je gaat inzien hoe je nu met je tijd omgaat en hoe je de tijd vindt voor de dingen die echt belangrijk voor je zijn.

### WAAROM

Vraag jij je regelmatig af hoe je alles gedaan kunt krijgen wat je WILT doen of wat je MOET doen? Zijn er taken waar je steeds maar niet aan toe komt? Vraag jij je aan het eind van de dag vaak af wat je eigenlijk allemaal hebt gedaan? Voel jij je soms net een jongleur die allemaal verschillende ballen in de lucht moet houden? Wil jij je persoonlijke effectiviteit verbeteren? Dan mag jij deze workshop timemanagement voor coaches en counsellors niet missen!

### INHOUD

In de workshop wordt onder andere aandacht besteed aan de volgende onderwerpen:

- huidige tijdsbesteding
- routines
- (werk-)planning
- keuzes maken
- uitstelgedrag

Gedurende de dag wisselen theorie en oefeningen elkaar af. Natuurlijk biedt de workshop ook ruimte voor het uitwisselen van tips en trucs. Ter voorbereiding op de workshop krijg je een huiswerkopdracht, gericht op je huidige tijdsbesteding. Na afloop schrijf je een persoonlijk actieplan en na 4-6 weken ga je nogmaals tijdschrijven.

### VOOR WIE

Coaches, counsellors en loopbaancoaches.

### TRAINER

Pauline Kanger is eigenaar van AANPAK Professional Organizing ([www.aanpak.com](http://www.aanpak.com)). Als trainer, coach en professional organizer biedt zij persoonlijke begeleiding gericht op het aanbrengen van structuur in de breedste zin van het woord. Het creëren van overzicht over tijd en taken, over werkprocessen, digitale en papieren informatie of de fysieke werkomgeving staat hierbij centraal. Daarnaast verzorgt Pauline groepstrainingen, individuele trainingen en workshops 'Het Betere Werken' voor wie in een kantooromgeving werkt en graag meer grip op de werkzaamheden wil krijgen. Pauline is lid van de Nederlandse Beroepsvereniging van Professional Organizers (NBPO).

### INFORMATIE

Duur	1 dag
Data	dinsdag 6 september 2011
Tijd	van 10.00 tot 17.00 uur (incl. lunch en trainingsmateriaal)
Locatie	Apeldoorn, Hampshire hotel, Soerenseweg 73.
Kosten	€ 295,- (excl. BTW), NOBCO- en ABvC leden krijgen korting
PE punten	NOBCO 2 punten en ABvC in aanvraag

---

#### PeopleCoaching BV

Hogelandsingel 148, 7512 GJ Enschede  
Postadres Balistraat 29 - 7512 XC Enschede  
T 053 – 4312700  
E [info@peoplecoaching.nl](mailto:info@peoplecoaching.nl)  
I [www.peoplecoaching.nl](http://www.peoplecoaching.nl)

KvK Oost Nederland nr. 01832617  
BTW-nummer 8179.04.293  
SNS bank 90.63.10.873  
NOBCO registratie  
EMCC registratie  
NVNLP lidmaatschap

**AANMELDEN:**

Dit kan door een email te sturen naar [esther@peoplecoaching.nl](mailto:esther@peoplecoaching.nl) o.v.v de betreffende workshop en datum. Of vul het aanmeldingsformulier in. Voor meer informatie mail Esther of bel naar 053-4312700.

**“Zet de eerste stap op weg naar controle over je tijd en schrijf je nu in voor deze training”.**



---

**PeopleCoaching BV**

Hogelandsingel 148, 7512 GJ Enschede  
Postadres Balistraat 29 - 7512 XC Enschede  
T 053 – 4312700  
E [info@peoplecoaching.nl](mailto:info@peoplecoaching.nl)  
I [www.peoplecoaching.nl](http://www.peoplecoaching.nl)

KvK Oost Nederland nr. 01832617  
BTW-nummer 8179.04.293  
SNS bank 90.63.10.873  
NOBCO registratie  
EMCC registratie  
NVNLP lidmaatschap