



*Betere
resultaten,
meer
werkplezier!*

MEER TIJD VOOR KWALITEIT

Drie redenen waarom je dit coachtraject zou 'moeten' volgen:

1 Slimmer werken

Met behulp van dit traject maak je een efficiëncyslag in je werk. Je creëert nieuwe, gezonde, gewoonten die je helpen om met minder inspanning, meer resultaten te halen. Je ontwikkelt een simpele en betrouwbare digitale werkstructuur die écht voor jou werkt.

2 Betere resultaten en meer succes

Je leert keuzes maken op basis van de juiste prioriteiten. Je kunt beter proactief en meer planmatig werken. Je wordt persoonlijk effectiever en leert op een nog prettigere manier samenwerken met anderen.

3 Meer werkplezier

Je krijgt inzicht in jouw ontwikkelpunten en valkuilen. Je leert vaardigheden die rust creëren en helpen om de dagelijkse workload onder controle te krijgen én te houden. Je ervaart een betere balans tussen werk en privé met meer tijd voor leuke dingen en ontspanning.

En dit is nog lang niet alles. Lees verder en ontdek wat deze individuele coaching jou voor moois brengt. Voor jezelf en je omgeving. Meer plezier in je werk én in je leven!

Voor wie? Voor iedereen die behoefte heeft aan meer overzicht, controle en rust. Voor wie meer werkplezier en flow wil ervaren en daardoor nóg succesvoller wil zijn.

**BETERE
RESULTATEN,
MEER WERK-
PLEZIER!**

Herken je deze uitdaging?

**“Ik ben altijd maar druk, druk, druk.
Ik voel me geleeft en krijg het maar niet voor elkaar
om hier verandering in aan te brengen ...”**

Haal jij het beste uit jouw tijd?

Je bent altijd razend druk en krijgt je werk niet af. Je wordt geleeft door de waan van de dag. Jouw e-mail en Whatsapp lopen dagelijks vol en je laat jezelf steeds afleiden door telefoontjes en collega's met allerlei vragen. Je ervaart een structureel gevoel van achterstand met gemiste deadlines en tegenvallende resultaten als gevolg.

Kamp jij ook continue met een hoge werkdruk en vind je het lastig om hier zelf iets aan te veranderen? Ervaar je meer stress dan je zou willen? Lukt het je nog maar met moeite om te ontspannen? Voel je jezelf vaker vermoeid en uitgeblust dan vroeger? Dan is dit coachtraject perfect voor jou!

De impact als je nu niets doet

Wat als je nu niets doet? Hoelang hou je deze manier van werken én leven nog vol? Het risico bestaat dat je overspannen of zelfs burn-out raakt. En wat voor impact zal dit hebben op je gezondheid en geluk?

Voorkom dat je het plezier in jouw werk, maar ook in andere onderdelen van je leven kwijtraakt. Bied jezelf de kans om kennis en de tools te verkrijgen die zowel jouw efficiency als jouw werkplezier kunnen vergroten. Tijd is je meest kostbare 'bezit'. Je kunt het maar één keer besteden. Neem de verantwoordelijkheid voor je eigen werk, gezondheid én leven. Spreek met jezelf af om het vanaf nu écht anders aan te pakken. Dit is het moment!

WAT LEVERT DE TRAINING JOU OP?

Tijdens de coaching krijg je veel tips en tools om maximaal invloed uit te oefenen op je werk en je omgeving. Je kunt je kostbare tijd op de meest efficiënte en nuttige manier besteden. Je wordt succesvoller in wat je doet. Dankzij een efficiënte werkstructuur kun je jouw hoofd meer gebruiken om te denken en minder om te onthouden. Hierdoor ervaar je aanzienlijk minder stress. Het lukt je vaker om tijd te maken voor plezier en ontspanning. Je groeit op persoonlijk én professioneel vlak. Wat dit jou – naast heel veel werkplezier – oplevert? Beter resultaten en meer succes!

Wat gaan we doen?

- Je maakt helder wat écht belangrijk voor je is binnen jouw werk en je leven. Waaraan wil je meer tijd en aandacht besteden? Dit helpt je bij het maken van de juiste keuzes.
- Je krijgt inzicht in de belangrijkste afleidingen en stoorzenders, zodat je deze op een constructieve manier kunt aanpakken.
- Je wordt jezelf bewust van jouw persoonlijke valkuilen op het gebied van timemanagement, waardoor je slimmer en efficiënter kunt werken.
- Je gaat aan de slag met jouw energie huishouding en leert effectief omgaan met stress.
- Je ontwikkelt een werkstructuur die zorgt voor meer controle, overzicht en gemoedsrust.
- Je creëert een optimale balans tussen werk en privé.
- Je maakt een helder commitment om je doelen te bereiken.

HANDIGE TOOLS

Het **WERK SLIMMER INVENTARISATIEBORD**® geeft helder weer wat jouw uitdagingen, wensen, doelen en te nemen acties zijn. Het unieke en praktische **TODEN TADAA-BLOK**® helpt je om de nieuwe kennis en inzichten elke dag gemakkelijk vol te houden. Op deze manier blijven de resultaten op de lange termijn merkbaar voor jezelf én je omgeving.

“Ik heb met een relatief kleine tijdsinvestering hele grote stappen gemaakt in mijn manier van werken. Ik ben zeer enthousiast over de begeleiding.”

“Het traject heeft vanaf dag één een positief effect op mijn werkwijze gehad.”

Maximaal effect

Het individuele coachtraject bestaat uit een aantal unieke onderdelen, die samen maximaal resultaat garanderen.

- 1 Een intakegesprek om jouw knelpunten op het gebied van time management te inventariseren en jouw concrete leerdoelen te bepalen. Samen met de coach stel je een praktisch, concreet en haalbaar plan van aanpak op.
- 2 Enkele individuele coachgesprekken, waarin je praktische en haalbare oplossingen krijgt voor jouw persoonlijke leerdoelen en jouw perfecte werkstructuur ontwikkeld.
- 3 Diverse handige tools die je helpen om de nieuwe kennis direct toe te passen en ook op lange termijn vol te houden!

WIE ZIJN WIJ?

Werk slimmer, niet harder is een initiatief van Koeleman Sterk & Partners. Het idee is ontsproten aan de creatieve breinen van Jennefer Boskeljon en Berry Koeleman.



Jennefer Boskeljon is een ervaren coach en trainer op het gebied van slim werken, time management en persoonlijke effectiviteit. Haar doel is om werkend Nederland niet alleen efficiënter, maar ook succesvoller én gelukkiger te maken. Het afgelopen decennium heeft zij honderden professionals in heel veel verschillende organisaties geholpen om slimmer te werken en betere resultaten te behalen. Jennefer is ervan overtuigd dat zij ook u en uw organisatie kan helpen om meer succes, flow, plezier en geluk te ervaren in werk en leven!

Kom in actie! Echt doen!

Ga voor meer werkplezier en een betere kwaliteit van werken én leven. Gun jezelf deze bewezen succesvolle en waardevolle coaching. Velen gingen je voor en beoordeelden dit traject als zeer waardevol!

Kom dus nu in actie. Creëer meer overzicht, controle en rust. Gun jezelf deze positieve bijdrage aan jouw werkplezier, gezondheid en geluk.

Bel vrijblijvend voor meer informatie:
Jennefer Boskeljon: +31 6 55 77 50 27

"Vooral de persoonlijke begeleiding heb ik als zeer prettig ervaren, veel tips gehad."

"Leuk en leerzaam traject. Het geeft veel praktische handvatten om de werk te kunnen managen."

"Feitelijk is wat Jennefer mij allemaal heeft geleerd zo logisch als wat en enorm toegankelijk. Erg dankbaar dat ik dit traject mocht volgen!"

Berry Koeleman is ondernemer in hart en nieren. Hij bracht tientallen bedrijven tot grote bloei, wat hem tot inspirerend voorbeeld maakt voor mensen die succesvol willen zijn. Heftige gebeurtenissen later in zijn leven daagden Berry uit tot persoonlijke groei. De kennis en inzichten die hij opdeed, zet hij nu in om anderen zakelijk en persoonlijk te helpen groeien. Zijn motto? Doen waar je plezier in hebt, is de sleutel tot succes.



**BETERE
RESULTATEN,
MEER WERK-
PLEZIER**

WERKSLIMMERNIETHARDER.NU

Deze brochure is een uitgave van Koeleman Sterk & Partners | Boterdijk 27 | 1424 NC De Kwakel, Nederland | tel. +31 297 525 225
Koeleman Adviesgroep BV is initiatiefnemer en eigenaar van o.a. de volgende handelsmerken: