



de Kok
advies en training

secretaresse-congres
21 april 2005

Voor het zevende jaar in het noorden ... het secretaressecongres voor managementondersteuners

Zoals u wellicht weet ... ook dit jaar heeft het congres weer een thema: SAMEN!

Op allerlei niveaus is het thema aan de orde. Maatschappelijke ontwikkelingen dwingen ons om over het begrip SAMEN na te denken maar ook op het persoonlijke vlak zijn we er dagelijks mee bezig. In hoeverre wil en kan ik SAMEN zijn met de ander, thuis en op het werk? Of op het intrapersoonlijke vlak: in hoeverre werkt mijn hoofd en mijn hart samen?

Juist voor een secretaresse is het belangrijk om samen te werken: een goede secretaresse vormt een team met haar of zijn manager. Daarom leek het ons goed om dit jaar op secretaressedag eens bezig te zijn met SAMEN.

Workshops

In alle workshops is SAMEN het thema. We gaan aan de slag met allerlei aspecten van het begrip SAMEN: samen met collega's, samen met je manager, het samenspel tussen hoofd en hart, het samenspel tussen hoe je werkelijk bent en je imago, enz. Genoeg keuze om datgene te kiezen dat u het meest aanspreekt.

Ook dit jaar bieden we weer 's avonds workshops aan. Dus heeft u het te druk om een hele dag weg te zijn van uw organisatie: kies dan voor een middag- en avondprogramma!



Flamenco dansen na de lunch

Flamenco, warme klanken van de Spaanse gitaar, ritmisch gestamp en geklap in een vurige dans, brengt ons samen in een zinderende belevenis!

Annulering

De Kok Advies en Training behoudt zich het recht voor activiteiten te annuleren bij onvoldoende deelname. De deelnemers ontvangen vanzelfsprekend het betaalde bedrag zonder annuleringskosten terug.

Programma congres 21 april 2005



9.30 - 9.45 uur

Ontvangst met kopje koffie en welkomstwoord door Annemiek de Kok

9.45 - 11.45 uur

Eerste ronde workshops

12.00 - 13.00 uur

Lunch / welkomstwoord nieuwe deelnemers

13.15 - 14.15 uur

Gezamenlijke workshop:
Flamenco dansen

14.30 - 16.30 uur

Tweede ronde workshops

16.30 - 17.15 uur

Afsluiting met een drankje en mogelijkheid tot napraten.

17.30 - 18.30 uur

Diner

18.45 - 20.45 uur

Derde ronde workshops

Aanbod workshops

- 1 **Sterk in het maken van je keuzes**
door Margriet Stegmeijer,
beeldend kunstenaar
- 2 **Ontdek je creativiteit**
door Ingrid de Vries,
De Vries Communicatie & Presentatie,
- 3 **Succesvol presenteren kun je leren!**
door Sascha van Eykern, Content

Sterk in het maken van je keuzes!



Elk mens is uniek in zijn denken, voelen en reageren. Dat wil zeggen dat alleen jij weet wat goed voor jou is. Als je in balans bent, durf je de rust en ruimte te nemen waardoor er inzicht in jezelf ontstaat. Schilderen is mijn hulpmiddel om jou in dit proces te begeleiden. Hierbij ligt het accent op het ervaren en niet op het kunnen. Een unieke kans om je eigen vrijheid, lef en plezier te leren kennen!

Margriet Stegmeijer werkt al ruim 13 jaar als beeldend kunstenaar. Uit eigen ervaring heeft zij geleerd hoe je om kunt gaan met al je eigenaardige kanten en hoe je kwetsbaarheid als kracht kunt gebruiken. De laatste jaren begeleidt zij mensen in conflictsituaties en veranderingsprocessen.

Samen sterk in je netwerk



Secretaresses hebben soms het gevoel dat netwerken meer iets is voor managers dan voor henzelf. Toch kan het voor hen door hun bijzondere positie in de organisatie ook zeer van belang zijn om bewust bezig te zijn met het opbouwen en onderhouden van hun persoonlijke netwerk. In deze workshop staan we stil bij hoe jij je netwerkcontacten benut. Hoe haal jij kracht en inspiratie uit jouw netwerken?

Een workshop om te leren om jezelf en anderen te versterken door het benutten van je netwerkcontacten.

Golden Tulip Paterswolde-Groningen

Zoals gebruikelijk weer het sfeervolle Golden Tulip in Paterswolde. Bij bevestiging van uw deelname sturen wij een routebeschrijving mee.

Kosten

U betaalt € 365,- voor twee dagdelen (geen BTW verschuldigd en inclusief lunch, koffie en thee én het drankje achteraf). Voor een middag- en avondprogramma inclusief diner geldt een meerprijs van € 20,-.

Mocht u drie dagdelen willen bijwonen, dan betaalt u € 495,-.

Sluiting

We sluiten de dag informeel af met een drankje zodat u nog even kunt napraten met de workshopleiders en met uw collega's.

Inschrijving

U kunt zich inschrijven via het bijgesloten inschrijfformulier of via onze site. Voor vragen kunt u bellen of e-mailen met De Kok Advies en Training (telefoon 050 311 34 84, e-mail: dekok@bart.nl)

Alle informatie over het congres staat nu ook op onze site: www.dekokadvies.nl

Direct na ontvangst van uw inschrijving ontvangt u (of uw werkgever) de factuur. Een snelle betaling is van belang, omdat uw inschrijving pas definitief is wanneer wij uw betaling binnen hebben.

De uiterste datum van inschrijving is 12 april 2005. U kunt uiterlijk tot 13 april schriftelijk annuleren. U krijgt dan het door u betaalde bedrag terug, onder aftrek van € 15,- administratiekosten.

- 4 **De Disney-strategie voor creatieve samenwerking**
door Annemie Hanssen, Hanssen Advies en Training
- 5 **Mediteren**
door Eric Elbertsen, TOT de Kern
- 6 **Samen lossen we het op!**
door Hinke Vroom, consultant
- 7 **Competenties, waar hebben we het over?**
door Hinke Vroom, consultant
- 8 **De brievendokter**
door Trees Roose, *De Kok Advies en Training*
- 9 **Breng het beste in jezelf en de ander naar boven**
door Annelies Wiersma
- 10 **Je innerlijk kleurt je uiterlijk**
door Leonora Zijlstra, Bijzondere Zaken
- 11 **Me, myself and I**
door Georgette Döderlein de Win, VPA
- 12 **Samen sterk in je netwerk!**
door Iris Depassé, De Ommezwaai
- 13 **Samen rijmt op ...**
door Ronald Ohlsen, schrijver, dichter

Programma 21 april 2005

Workshops 's ochtends:

1 2 3 4 5 ~~6~~ 7 8 9 10 11 12 13

Workshops 's middags

1 2 3 4 5 6 ~~7~~ 8 9 10 11 12 13

Workshops 's avonds

1 2 3 4 5 ~~6~~ 7 8 9 10 11 12 13

Iris Depassé (www.ommezwaai.nl) is oprichtster van De Ommezwaai, Loopbaanadvies en Training. Zij houdt zich bezig met het verzorgen van trainingen op het gebied van communicatie, zelfmanagement en loopbaanheroriëntatie. Daarnaast werkt zij als loopbaanadviseur en coach.

Me, Myself and I



Iedereen voert wel eens uitvoerige gesprekken met zichzelf. Het is dan net alsof je tegen een andere ik praat, maar ook mét die andere ik, want er ontstaat een dialoog.

In die zin ben je dus nooit alleen, maar altijd samen. Maar wat hebben die 'ikjes' nu met elkaar te maken? Waardoor komen die ikjes soms in de knoop met de situatie om vervolgens dan maar het meest gewenste sociaal correcte gedrag te laten zien, ongeacht de innerlijke wens. Je kunt je voorstellen dat dan binnen hart en hoofd een spanningsveld kan ontstaan.

Door middel van leuke, niet bedreigende oefeningen zal je in korte tijd helder kunnen krijgen hoe dat 'samen'werkingspel bij jezelf zit. Een aantal tips geeft Georgette je weer zeker mee.

Georgette Döderlein de Win is directeur van VPA Advies- en Trainingbureau en VPA opleidingen. VPA opleidingen is in allerlei marktsegmenten druk bezig. De laatste jaren richt Georgette zich op coaching naar werk, reïntegratie-trajecten, scholings-trajecten en employability. Kijk eens op de website www.vpaonline.nl.



GOLDEN TULIP

PATERSWOLDE - GRONINGEN

telefoon (050)309 54 00 fax (050)309 1157

Telefoon 0597-527777 - Fax 0597-528585



Fontana Nieuweschans
bron van energie

UITDAGENDE SECRETARIËLE BANEN

CONTENT

Trompsingel 21a, Groningen,
tel. 050-311 07 79, www.content.nl

**Secretary Plus heeft de baan
die je zoekt of vindt 'm voor je!**

Meer weten?

Kijk op www.secretary-plus.nl
of bel direct voor een afspraak
(050) 588 73 40.

MANAGEMENT SUPPORT
SECRETARY
Plus



De Disney-strategie voor creatieve samenwerking

In deze workshop leert u alles over de Disney-strategie voor creatieve samenwerking en probleem-oplossing. Deze NLP*-methode is ontwikkeld door de succesvolle werkwijze van Walt Disney te modelleren, na te bootsen dus. Walt Disney was een creatief genie doordat hij in staat was om een probleem of doel vanuit verschillende perceptuele posities te bekijken en onderzoeken. We gaan in deze workshop ervaren hoe je optimaal resultaat kunt bereiken door in de schoenen te gaan staan van: 'de dromer', 'de realist' en de 'criticus'. Het wordt een praktische en creatieve doe-workshop die u gelijk zult kunnen toepassen in veel situaties op uw werk en privé.



Mediteren

De hele dag druk, werk moest al af zijn, iedereen moet wat van je, je hebt nog vele klussen voor 17.00 uur, die collega komt nog even 'buurten' en langzaam verlies je zicht op jezelf! Herkenbaar? Bezoek dan de workshop Meditatie.

In deze workshop maak je - op speelse en actieve wijze - kennis met meditatie en kun je ondervinden wat het voor je kan betekenen. Je krijgt in deze workshop een instrument mee dat je altijd al had en waar je altijd op terug kunt vallen. Onze meditatievorm is praktisch en wordt niet geassocieerd met mystieke en religieuze zaken.



De brievendokter

U wilt meer met uw brieven. Soms twijfelt u. Het zou creatiever en klant-vriendelijker kunnen, maar hoe? In dit spreekuur neemt u uw brief mee voor een diagnose. Trees Roose leest en beoordeelt uw brief, en geeft u supersnelle tips. Als u zich hiervoor opgeeft, komt u in een workshop van de brievendokter. Zo kunt u ook van de andere 'patiënten' nog wat opsteken!! Neem van uw brief wel wat kopieën mee!

Trees Roose werkt als freelancer onder andere voor *De Kok Advies en Training* en heeft daarnaast een eigen praktijk, Roose Schrijftrainingen. Ze heeft veel ervaring met het geven van schrijftrainingen in

Annemie Hanssen (www.blissconsulting.nl) directeur van Bureau Hanssen Advies en Training. Annemie is NLP Trainer, coach en consultant en werkt vanuit de visie: 'geef geen vis, maar leer iemand vissen'.

**NLP staat voor Neuro-Linguïstisch Programmeren, dat is een methodiek voor effectieve communicatie en persoonlijke ontwikkeling.*



Samen rijmt op ...

Elke dag gebruik je de taal als middel tot communicatie. Maar met taal kan meer. Poëzie schrijven is de juiste woorden vinden bij wat je raakt. In een gedicht maak je ideeën, gevoelens of belevenissen concreet met beeldspraak. Een geslaagd gedicht verwoordt wat doorgaans onzegbaar is. Het spreekt mensen aan doordat het herkenning veroorzaakt. Tijdens de workshop ga je aan de hand van het thema 'samen' verzen schrijven waarmee je jezelf en anderen zult verrassen. Geef invulling aan 'samen': thuis, op je werk, in de maatschappij, in de wereld.

Ronald Ohlsen debuteerde in 1996 met de roman 'De godvergeten middenstand'. Hij schreef inmiddels nog een roman, enkele toneelstukken en een groot aantal gedichten die over niet al te lange tijd gebundeld zullen gaan worden. Hij was gastredacteur bij 'Propria Cures' en 'Passionate' en trad een aantal malen op in het VPRO-programma 'De avonden'. Daarnaast is hij docent Creatief Schrijven en theatercoördinator bij Cultureel Studentencentrum Usva in Groningen.

Eric Elbertsen heeft een aantal jaren meditatie training en persoonlijke ontwikkelingstraining gegeven voor trainingscentrum TOT de Kern te Zuidbroek en Schoevers Opleidingen te Groningen. Momenteel is hij als trainer verbonden aan het Instituut voor Bedrijfskunde en Management te Hilversum, waar hij trainingen verzorgt op het gebied van Communicatie en Persoonlijke Kracht. Tevens werkt hij als adviseur voor Scheidegger Opleidingen.

Zijn trainingen zijn levendig, persoonlijk en soms confronterend. Vandaag geleerd betekent morgen anders doen ...



Ontdek je creativiteit

Vraag jij je ook wel eens af waarom anderen betere ideeën lijken te hebben? Wat is hun geheim? Het antwoord is creativiteit. Goed nieuws voor mensen die dachten dat ze het nooit zouden leren: creatief denken is geen aangeboren eigenschap van een handjevol uitverkorenen, iedereen kan het ontwikkelen. In deze workshop leer je door inspirerende oefeningen hoe je je creatieve intelligentie kunt aanboren, hoe je nieuwe ideeën bedenkt en blokkades overwint. Een verrijkende en verrijkende workshop.

Ingrid de Vries is werkzaam als trainer/coach vanuit haar bedrijf De Vries Communicatie & Presentatie. Daarnaast is zij partner in F.L.A.I.R. scholingstrajecten, gespecialiseerd in scholing en werkbegeleiding op het gebied van reïntegratie en interventie.

zakelijke en journalistieke teksten. Ook schrijft ze zelf graag. Ze schreef columns voor verschillende bladen.



Samen lossen we het op

Een goede samenwerking is heel wat waard. Maar soms is samenwerken helemaal niet zo leuk. Waarom loopt het soms zo stroef? Waarom begrijpt hij/zij je niet? Wil je hierover een goed persoonlijk gesprek? Dat kan in deze workshop waar coaching centraal staat. Je kunt jezelf laten coachen of kennismaken met de basisbegrippen van het coachen. Leren hoe je een ander kunt begrijpen en helpen.

In een groepje van maximaal zes personen. Laten we het samen eens vanuit een andere hoek bekijken: wie weet los je het daarna veel gemakkelijker op!

Competenties, waar hebben we het over?

Competentie is een nieuw begrip binnen veel organisaties. Maar wat is het precies en wat kun je er als secretaresse mee? In deze workshop leer je je eigen competenties in kaart brengen. Hoe zit het bijvoorbeeld met je 'samenwerkingsvermogen' of je 'resultaatgerichtheid'? Door onder meer het competentiespel kom je erachter waar je goed in bent, welke competenties je in huis hebt en welke kwaliteiten je verder moet ontwikkelen om (nog) beter en prettiger te functioneren.

Hinke Vroom werkt sinds 1997 bij Mercuri Urval bv. Op basis van ieders persoonlijke behoeften, kwaliteiten en motivatie coacht zij al jaren managers en medewerkers om hun effectiviteit en plezier in het werk te vergroten. 'Samenwerken' speelt daarbij een grote rol.



Succesvol presenteren kun je leren

Er bestaat een mythe dat grote redenaars geboren worden, niet 'gemaakt'. Dit is absoluut niet het geval. Net zoals professionele sportlieden steeds maar weer de grondbeginselen moeten blijven oefenen omdat ze anders geen kans maken om te overwinnen, moeten sprekers dat ook blijven doen. Voor de professional zijn die basisvaardigheden het fundament voor zijn of haar succes. In het begin kan presenteren frustrerend zijn. Na een aantal keer oefenen en doen, gaat het vaak al beter. Vergis je niet, je presenteert vaker dan je denkt! Denk eens aan een officieel gesprek met een leidinggevende, een zakelijk gesprek met een leverancier of 'gewoon' een gesprek met je collega. De beste presentaties zijn vaak doorspekt van interactie; 'samen' met je toehoorder(s) zorgen voor een effectief en boeiend geheel geeft het beste resultaat!

Sascha van Eykern is sinds mei 1998 werkzaam bij Content. Als interimmanager in Groningen, Friesland en Drenthe begeleidt en bemiddelt ze management-ondersteuners. Daarnaast is het trainen en coachen van medewerkers een belangrijk onderdeel van haar takenpakket. Met name de vaardigheden communicatie en sales zijn in haar rol als leidinggevende en intermediair dagelijkse kost.



Je innerlijk kleurt je uiterlijk

Wie ben je en wat straalt je uit? Een sterk imago maakt mensen aantrekkelijk. Voor het ontwikkelen van een sterke uitstraling zijn zelfvertrouwen en eigenwaarde essentiële ingrediënten. Mensen die goed in hun vel zitten en dit uitstralen zullen zich gelukkiger voelen. In deze workshop staat het versterken van een persoonlijk imago centraal. Deelnemers werken aan bewustwording van hun specifieke kwaliteiten door gerichte oefeningen. Vervolgens is er aandacht en advies voor het zichtbaar maken van die kwaliteiten. Zo ontstaat een sterke uitstraling, waarbij innerlijk en uiterlijk een harmonieus geheel vormen. Wees zelf de verandering die je in de wereld wilt zien.

Leonora Zijlstra is personal-coach, interviewster en medeoprichtster van verschillende innovatieve bedrijven. Vanuit haar eigen bureau 'Bijzondere Zaken' inspireert zij mensen op het gebied van persoonlijke ontwikkeling en zingeving-vragen. Humor, kwaliteit en duurzaamheid zijn typerende kenmerken voor haar manier van werken. Hierover heeft zij in de afgelopen jaren tal van trainingen en workshops gegeven.



Breng het beste in jezelf en de ander naar boven!

Ieder mens heeft zijn 'eigen-aardigheden'. De een werkt netjes en overzichtelijk en zet vanuit die (prachtige!) waarden zijn beste beentje voor. Een ander werkt met passie en originaliteit en geeft vanuit die (prachtige!) eigenschappen alles wat-ie in huis heeft. Samen krijgen we meer voor elkaar dan alleen. Tijdens deze workshop leer je anders naar jezelf en de ander te kijken. Eigenschappen van je baas of collega die je tot op heden als 'lastig' ervaart, zie je na deze workshop ongetwijfeld positiever. Vanaf vandaag brengen jullie het beste in elkaar naar boven!

Annelies Wiersma (www.actonvirtues.nl) geeft advies, coaching en training vanuit haar eigen aardigheden. In 2001 raakte zij geboeid door het gedachtegoed van het Virtues Project™. De Nederlandse vertaling van 'Virtues' is Deugden. Het Virtues Project™ biedt vijf strategieën: manieren die ons inspireren om in ons dagelijks leven deugden te ontwikkelen en te zijn wie we werkelijk willen zijn. Annelies Wiersma introduceert het Virtues Project™ in Nederland. Zij geeft cursussen over morele opvoeding van kinderen aan ouders en op scholen. Daarnaast geeft zij bedrijfstrainingen voor organisaties. Annelies is voorzitter van de Stichting Virtues Project Nederland (SVPN) en schrijft onder andere voor het tijdschrift Educare.

