

Welkom

ONTSPANNEN EN EFFICIËNT WERKEN IN DE
PRAKTIJK



Organiseer je Praktijk en Synchron

Stap 1: Telefonische intake met de praktijk om te inventariseren welke accenten we kunnen leggen in het programma van de workshop

Stap 2: Workshop van een halve dag.

Deze 4 uur durende workshop kan flexibel worden ingezet op een tijdstip die werkt binnen de organisatie van de praktijk.

Introductie en kennismaken

Je Taken - je persoonlijke workflow systeem

Je Tools - slim omgaan met email en praktische tips

Je Team - samenwerken en communicatie

Je Tijd - dagindeling en tijdverslinders

Afronding en evaluatie

Stap 3: Optionele follow up telefonisch om vragen die na de workshop zijn opgekomen te behandelen.

Mythe!

**Wat leidt jou af om dingen
gedaan te krijgen?**

Je hoofd is een hele slechte plaats om informatie bij te houden



Stress

Stress komt door...

Onzekerheid over het **aantal** van je toezeggingen

Onzekerheid over de **betekenis** van je toezeggingen

Verhoging van je productiviteit of het verminderen van stress bereik je door...

het wegnemen van deze onzekerheden

Praktische tips

Tip 1. Maak je hoofd leeg

Gebruik je hoofd om OVER dingen na te denken
Niet om AAN dingen te denken of te onthouden

Doe regelmatig een Breindump

Leg alles vast wat in je opkomt (papier, app)

Tip 2. Houd Wachten Op lijst bij

Houd bij wat je aan anderen hebt gevraagd of wat je hebt besteld

Pen en papier

Email programma

Maakt niet uit, als het maar niet in je hoofd is

Tip 3. Ga slimmer typen

Gebruik handige software om sneller regelmatig gebruikte teksten te typen.

Texter

Textexpander

Auto-correctie functie in MS Office

Textexpander/PhraseExpress

- pil#

Wil met pil starten. Geen contraindicaties. Gebruik bekend. Menstruaties regelmatig. Als anticonceptivum.

- duiz#

Geen nystagmus. Oren g.d.a. Normale pupilreflexen. Normale volgbewegingen. Top/neusproef ongestoord. Barre neg. Romberg neg. Geen dysdiadochokinese. Kiepproef negatief

- big#

59024301901

Contact



E-mail

info@organiseerjopraktijk.nl



Twitter

@praktijkoporde