



INTRO

OMDENKEN
AANDE
VOORKANT
BGM. RIKUS JAGER

NICOLAAS DUIN

MUZIEK ALS *verbinding*

- ♪ MET JEZELF
- ♪ MET DE ANDER
- ♪ MET WAT JE DOET

"IK GA SPELEN"

IN DE STILTE
verbinding met
JEZELF

verbinden
DE ANDER
BEGINT MET
MET LUISTEREN

IEDERHEFT EEN
EIGEN
FREQUENTIE

SOMS BOTST DAT

FREQUENTIE TOEVOEGEN HELPT

EEN GOEDE DIRIGENT
ZORGT DAT IEDEREEN
DE AANDACHT KRIJGT

ELKE STEM
DOET ERTOE!

WELK MUZIEK PAST OP
DIT MOMENT BIJ JE WERK?

Bohemian Rhapsody



MICHAEL KORTEKAAS

MENTALE VEERKRACHT
SUCCESS, GEZONDHEID
& GELUK

1. PRESTEREN ONDER DRUK
↳ WERKDRUK / DEADLINES
2. OMGAAN MET VERANDERING
TELEURSTELLING / TEGENSLAG
3. VOLHOUDEN

SOMETIMES YOU
HAVE TO
SLOW DOWN
TO SPEED UP AGAIN



DAT WAT
JE VAAK
DOET, DAAR
WORD JE
GOED IN!

REALITY

PRESSURE TO PERFORM
ALWAYS ON, NEVER DONE
INFORMATION OVERLOAD
DISTRACTORS ARE EVERYWHERE

ENERGIE IS
DYNAMISCH

SURVIVAL | PERFORMANCE

BURNOUT | RECOVERY

BIG FIVE VAN DE FRONTALE CORTEX

BEGEVEN

SLAAP

ONTSPANNING

VOEDING

VERRIJKTE OMGEVING

WORKSHOPS

REGIONALE SAMENWERKING

MAARTEN
HAGEMAN

5 SOORTEN GEMEENTEN:

CALIMERO

GALLISCH DORP

BOOM

SINTERKLAAS

TEGELTJES

TREND: VRAAGSTUK LEGITIMITEIT CONGRUENTIE

TWEEBENIGE OVERHEID

SPAGAAT

LEEFWERELD NETWORKEN

SYSTEEM BETROUWBAAR

ANDERS DENKEN VINDERS DOEN TEAM GELUKT

BREIN

DOORBREKEN

PATRONEN

ASSOCIËREN

"HOE KUNNEN WE ONZE
SAMENWERKING OPTIMALISEREN
DOOR GEBRUIK TE MAKEN
VAN ELKAARS TALENTEN
EN EXPERTISE?"

KIJKEN
DOOREEN
ANDERE
BRIL NAAR
EEN VRAAGSTUK

OPRAH

VERBINDENDE GESPREKKEN

BESPREKEN MET ELKAAR

LIJST MET BEHOEFTE

BUITEN JE SITUATIE
KIJKEN

VERTROUWEN
AUTONOMIE

VERBINDING
GEZONDHEID
GROEIEN

EGOSTRIIPPEN

MOOIE MANIER OM
LAAGDREMPELIG HET
GESPREK AANTE GAAN

VROEGTIJDIG
SIGNALEREN

MISSION COMMAND

OPDRACHT:
BOUWWERK VAN
8 METER MAKEN

- IN 3 GROEPEN:
- ZONDER ELKAAR
TE ZIEN
 - COMMUNICATIE
VIA PORTOFON

ETHERDISCIPLINE

LESSONS LEARNED:

- BEZINT EER GE BEGINT
- EERST DE OPDRACHT
GOED ONDERZOEKEN

POSITIEVE VERSTERKING

BELONEN WERKT!

DE 4 STAPPEN:

1. VERTROUWEN
 2. DOELEN
 3. DUIDELIJKHEID & CONTINUÏTEIT
 4. BELONING
-

EMOTIONELE
BANKREKENING

OPNAME

STORTING

NEGatieve FB

VERBETERING

SCHOUDEKLOPJE

ACHTER DERUG...

BELONING

BLIJF ALERT
OP VOORUITGANG,
HOE KLEIN OOK