



Meer realiseren in minder tijd

'30 minuten boordevol praktische tips en technieken'



GERALD ESSERS

www.linkedin.com/in/geraldessers



1. Hoe ga je slim om met **bereikbaarheid**?
2. Hoe maak je **productief** gebruik van **e-mail**?
3. Hoe blijf je lekker in je **eigen ritme**?



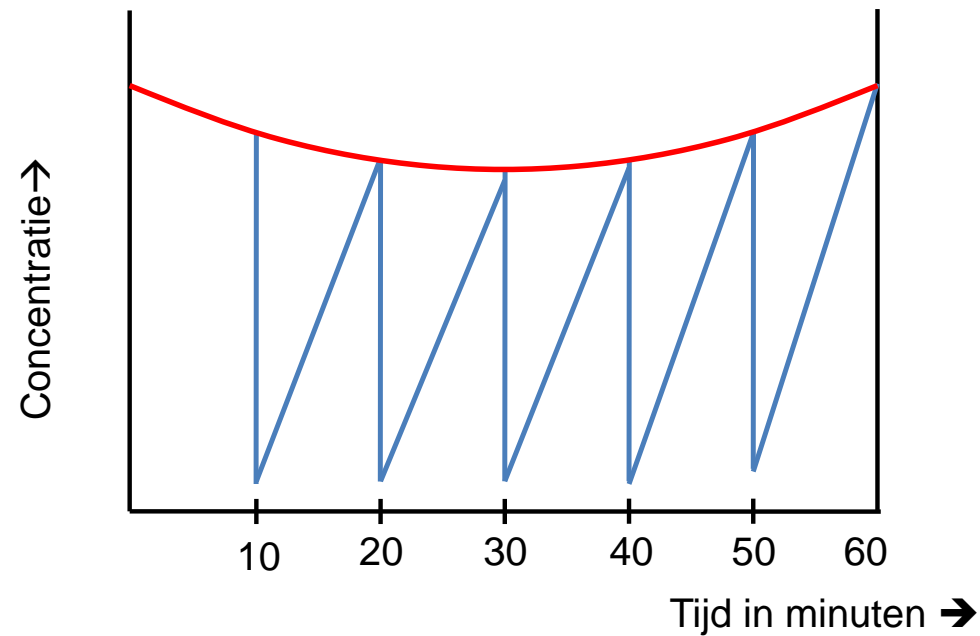


1 Bereikbaarheid en concentratie





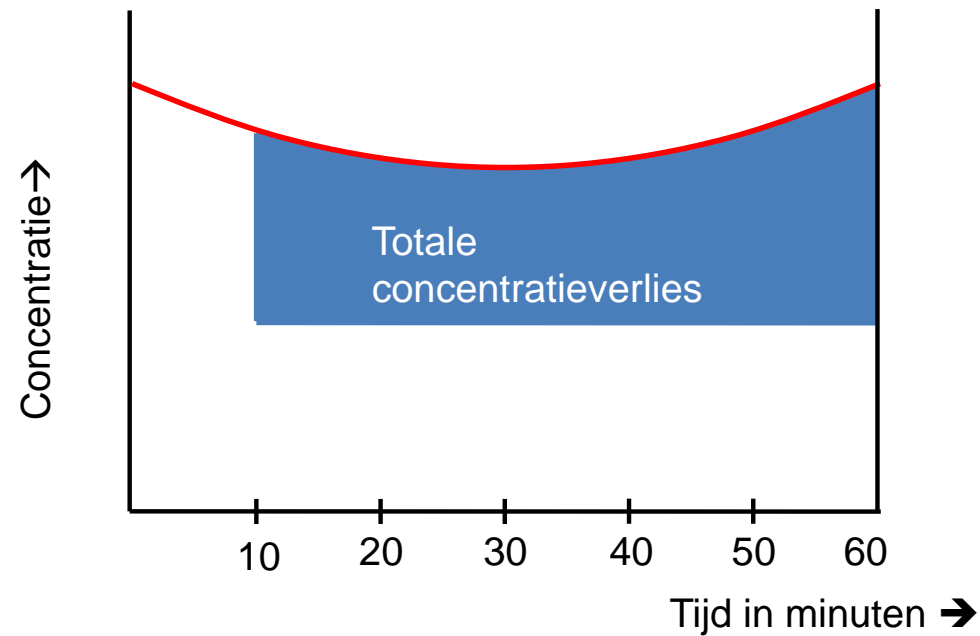
Concentratie



ZORG DAT JE GECONCENTREERD KUNT WERKEN
INTERRUPTIES EN CONCENTRATIE



Concentratie



ZORG DAT JE GECONCENTREERD KUNT WERKEN
INTERRUPTIES EN CONCENTRATIE



HOE DE OMGEVING ONS BREIN BEINVLOEDT



Taak > 60 Minuten? Zorg voor de juiste omgeving



TIP 1 MEER CONCENTRATIE & PRODUCTIVITEIT
KIES JE OMGEVING BIJ CONCENTRATIE ACTIVITEITEN



E-mail: slimmerwerken@tijdwinst.com



TIP 2 MEER CONCENTRATIE & PRODUCTIVITEIT
COMMUNICATIE-ETIQUETTE VOOR JE ORGANISATIE



2 Productief gebruik maken van e-mail





INTERNET

Di 15 september 2009. Het laatste nieuws lees je het eerst op NU.nl

Voorpagina

Prinsjesdag

Algemeen

Economie

Sport

Internet

Achterklap

Opmerkelijk

Beurs

Wetenschap

Gezondheid

Lifestyle

Plugged

Auto

Muziek

Film

Boek

Games

Column

NUblog

NUwerk

NUzakelijk

NUfoto

NUsport

NUtij



E-mail beheerst werkdag

Uitgegeven: 30 november 2005 17:21

Laatst gewijzigd: 1 december 2005 11:23

LEIDEN - De e-mail domineert de werkdag. Meer dan de helft van de werknemers besteedt dagelijks meer dan twee uur aan het lezen en reageren op e-mail. Voor 15 procent is het gebruik van e-mail toegenomen tot vier uur, een halve werkdag. Dit blijkt uit een enquête van computerbeveiliging Symantec. De steekproef is gehouden onder 1700 werknemers van grote bedrijven in Europa.



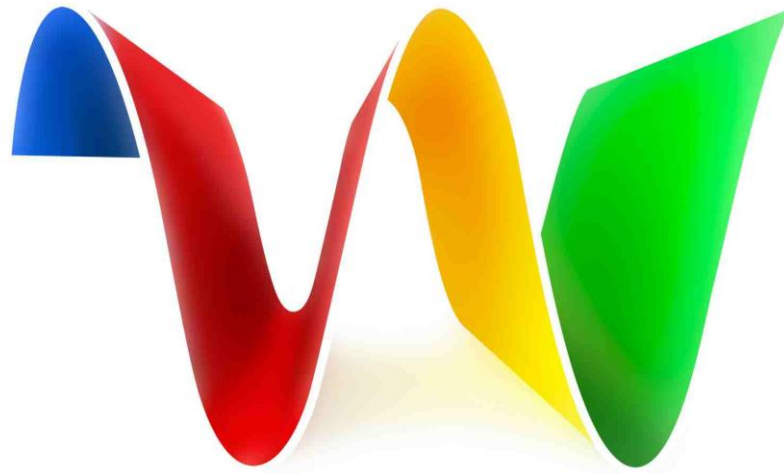
Driekwart vindt e-mail verslavend en 21 procent zegt daadwerkelijk verslaafd te zijn. "Zij zoeken dwangmatig contact met hun e-mail en raken lichtelijk in paniek als ze geen toegang krijgen tot hun inbox", aldus Erik van Veen, medewerker bij Symantec.

De e-mailverslaving verlengt bovendien de werkdag. De meeste werknemers controleren voor 09.00 uur 's ochtends en na 17.00 uur 's middags hun zakelijke e-mail. Bovendien loopt nog eens 34 procent bij het opstaan en 30 procent voor het naar bed gaan zijn inbox langs. Bijna driekwart kijkt ook buiten kantoor en buiten werksituaties naar zijn zakelijke elektronische post.



De toekomst voor e-mail... ziet er somber uit





Google wave

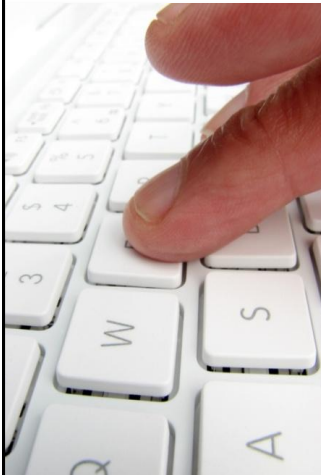


**ALS E-MAIL VANDAAG ZOU WORDEN UITGEVONDEN
GOOGLE WAVE**



Je e-mail (inbox) onder controle

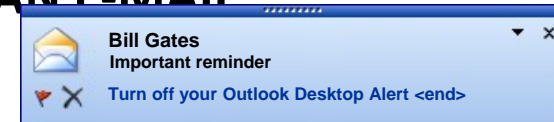




- > **Begin je dag** niet meteen met de e-mail
- > Eerst **overzicht** hebben (agenda + takenlijst)
- > Zet **notificaties uit** (geluid en visueel)



PRODUCTIEF GEBRUIK MAKEN VAN E-MAIL SUCCEFACTOREN





De kunst van het beantwoorden

Etiquette	binnen 24 tot 48 uur (auto-reply)
'No-Brainers'	tussendoor beantwoorden
Denkwerk	scan + maak <u>alleen</u> een concept aan
Vandaag	<u>beantwoord</u> concepten gisteren
Gewoonte	elke dag leeg



PRODUCTIEF GEBRUIK MAKEN VAN E-MAIL
ELKE DAG JE INBOX LEEG



Ter goedkeuring > Nieuw design website

Ter info > Vergadering verplaatst naar Woensdag 20 maart Gr G

Verzoek > Feedback nodig inzake offerte Zeilstra

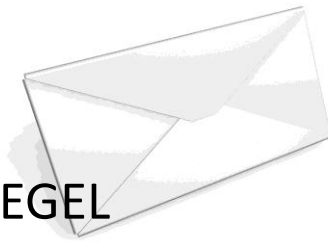
Bevestiging > Time Management training 18 September as.

**Tijdwinst: 12 minuten per dag = 1 uur per week =
½ dag per maand = 1 week per jaar**



EFFECTIEF E-MAILEN

GEBRUIK EEN DUIDELIJKE ONDERWERPREGEL





3 In je eigen ritme blijven





ECONOMIE

Wo 27 mei 2009. Het laatste nieuws het eerst op nu.nl



Voorpagina
 Algemeen
 Economie
 Sport
 Internet
 Achterklap
 Opmerkelijk
 Beurs
 Wetenschap
 Gezondheid
 Lifestyle
 Plugged
 Lifehacking
 Auto
 Muziek
 Dvd
 Film
 Boek
 Games
 Column
Verkiezingen EU
 NU-blog

NUwerk
 NUzakelijk
 NUfoto
 NUsport
 NUjj



'Laat werknemers hun biologische klok volgen'

Uitgegeven: 26 mei 2009 15:08

Laatst gewijzigd: 26 mei 2009 22:16

DE MEERN - Als avondmensen later beginnen met hun werkdag en langer doorwerken, zal hun productiviteit toenemen. Dat heeft arbodienst Achmea Vitale dinsdag bepleit.



Het bedrijf vindt dat bedrijven hun werknemers meer vrijheid moeten geven in het bepalen van hun werktijden. „Als mensen beter in balans zijn, geeft dat energie“ aldus een woordvoerder.

Presteren

Werkgevers moeten volgens de arbodienst hun personeel veel meer aansturen op output, dus op wat ze presteren, en minder op aanwezigheid op het werk. Daarbij horen dus ICT-voorzieningen die het mogelijk maken dat werknemers op verschillende plaatsen en tijden aan de slag gaan, zegt de arbodienst. Voordeel daarbij is volgens Achmea dat de bedrijfskosten zullen dalen.



**Zorg ervoor dat je productief kunt
zijn wanneer je energie hebt.**



**TIP VOOR MEER PRODUCTIVITEIT EN WERKPLEZIER
BENUT JE BIOLOGISCHE KLOK**



HOE KUN JE BEGINNEN?
MEER VRIJHEID MET HET KANTOOR IN JE TAS



You Tube


Broadcast Yourself™ [Home](#) [Videos](#) [Channels](#)


“randy pausch” results 1 - 20 of about 643

All [Channels](#) [Playlists](#) Sort by: Relevance ▼ Uploaded: Anytime ▼ Type:

Also try: [youtube](#) [last lecture](#) [time management](#) [management](#) [oprah winfrey show](#)

Boek van Randy Pausch Sponsored Links
www.Bruna.nl/Randy_Pausch Alle boeken van **Randy Pausch** Thuisbezorgd of afhalen bij Bruna!

 **Randy Pausch Last Lecture: Achieving Your Childhood Dreams**
 Carnegie Mellon Professor **Randy Pausch** (Oct. 23, 1960 - July 25, 2008) gave his last lecture at the university Sept. 18, 2007, before a packed ...
 ★★★★★ 1 year ago 10,369,767 views [carnegiemellonu](#)

 **Randy Pausch Lecture: Time Management**
 Carnegie Mellon Professor **Randy Pausch** gave a lecture on Time Management at the University of Virginia in November 2007. **Randy Pausch** – www ...
 ★★★★★ 1 year ago 717,480 views [carnegiemellonu](#)



LIFE IS TOO SHORT



gerald@tijdwinst.com | www.tijdwinst.com

