

A top-down view of a wooden desk. In the top left is a white ceramic cup filled with amber-colored tea. In the top right is a portion of a silver laptop. Centered at the top is the 'BILDERBERG' logo, featuring an orange flame-like icon above the brand name in black capital letters. Below the logo is a yellow and orange gradient planner with the text 'STRUCTUURJUNKIE planner' in a black box. A silver pen with 'BILDERBERG' printed on it lies diagonally across the planner. On the left edge of the frame, the edges of several white papers are visible.

BILDERBERG

Regie over je agenda

Een magazine van
Structuurjunkie & Bilderberg

Welkom!

In onze branche is geen dag hetzelfde: van het organiseren van de meest uiteenlopende bijeenkomsten, sparren met partners en leveranciers, tot het maken van de planning voor volgend jaar. Deze dynamiek is precies waarom ik al meer dan 20 jaar met veel plezier bij Bilderberg werk.

Vorig jaar deelden we met jullie hoe je grip kunt krijgen op je planning, samen met Cynthia Schultz van Structuurjunkie. De reacties waren duidelijk: dit onderwerp leeft. Niet omdat we niet weten hoe we moeten plannen, maar omdat een goede planning in de praktijk al snel aan verandering onderhevig is.

Daarom gaan we dit jaar een stap verder. Want grip hebben op je planning is één ding. Regie houden over je agenda, ook als die niet alleen van jou is, is een tweede. Cynthia liet me opnieuw zien dat dat niet begint bij beter plannen, maar bij bewuster kiezen. Zij weet theorie enthousiast over te brengen en te vertalen naar tips waar je écht mee aan de slag kunt.

Daarom dit magazine: een naslagwerk boordevol praktische inzichten over het verschil tussen timemanagement en regie, aandacht managen in plaats van tijd, en regie houden in samenwerking met anderen. Zodat je alles in je eigen tempo kunt doorlezen en toepassen. Precies zoals je van ons gewend bent: concreet en direct bruikbaar.

Veel plezier met het lezen en vooral met het toepassen. En ga je een volgende bijeenkomst plannen? Dan plan ik met veel plezier ruimte voor jou in mijn agenda om de mogelijkheden door te nemen.



Liesbeth van Belkom
Director of Sales





Inhoud



Welkom	2
Ontmoet de expert	4
Thema 1: Waarom timemanagement niet hetzelfde is als regie pakken	5
Pomodoro-techniek	7
Uit de praktijk: Facilicom Solutions	8
Thema 2: Aandacht managen in plaats van tijd	10
Mijn #outoffice: Kaya de Lange	12
Braindump	14
Thema 3: Regie houden als je agenda niet alleen van jou is	15
Ook locatiekeuze is een vorm van regie	18
En dan nu...	19

Ontmoet *de expert*

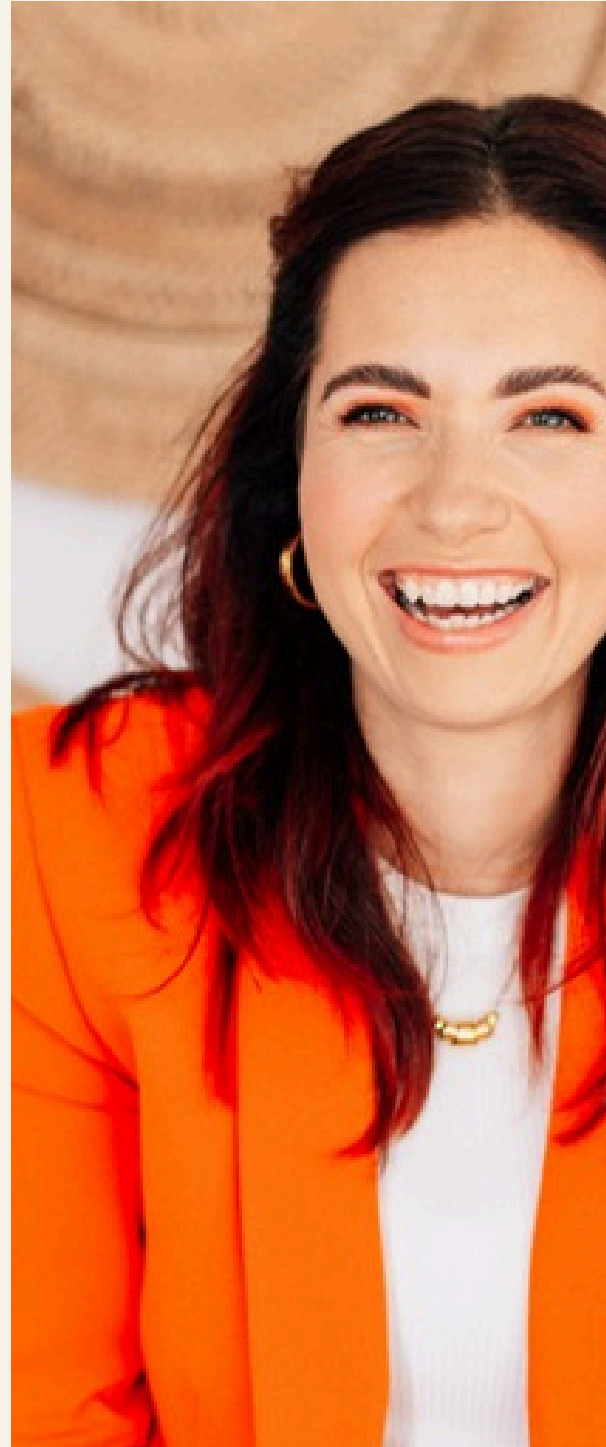
Cynthia Schultz

Ik ben dól op structuur en planning. Niet zo verrassend natuurlijk, als je bedrijf Structuurjunkie heet. Ik doe niks liever dan anderen helpen weer rust en overzicht te vinden door middel van een goede planning.

Nadat ik in een burn-out belandde merkte ik hoe belangrijk structuur is. Dat voelt soms rigide en saai, maar in het echte leven geeft het kaders waarbinnen je spontaan, creatief en vrij kunt zijn. Je haalt ruis weg, zodat er ruimte ontstaat voor wat er echt toe doet. Het geeft je ook ruimte om te schuiven en schrappen, dat doen we allemaal wel eens.

Net zoals een goede vergaderlocatie rust en inspiratie geeft, kan een goede structuur in je werkdag diezelfde ruimte scheppen. Dat is precies wat ik je wil meegeven: praktische tools die echt werken, zodat je meer rust en overzicht krijgt in je dynamische werkdag.

Heel veel plezier en succes! En kun je geen genoeg krijgen van structuur? Op Instagram kun je me vinden onder @Structuurjunkie. Leuk als je me daar volgt.



Over *Cynthia*

Cynthia Schultz is ondernemer, schrijver en oprichter van Structuurjunkie. Ze helpt mensen grip en overzicht terug te krijgen op hun werk én leven – via planners, online programma's en haar boek Goed Werk. Met meer dan 180.000 verkochte planners, ruim 10.000 deelnemers aan haar trainingen en een betrokken community van bijna 50.000 volgers op Instagram (@Structuurjunkie), is Cynthia een vertrouwd gezicht op het gebied van productiviteit en persoonlijke ontwikkeling.



Thema 1: Waarom timemanagement niet hetzelfde is als regie pakken

Nog beter plannen is zelden *de oplossing*

Je weet hoe je moet plannen. Je hebt lijstjes, een agenda en waarschijnlijk ook nog een systeem dat je ooit vol enthousiasme hebt opgezet. Toch loopt je dag structureel anders dan je bedacht had. Dat komt niet doordat je niet kunt plannen. Het komt doordat plannen iets anders is dan regie hebben.

Ook wie goed is in plannen loopt hier tegenaan. Het ligt namelijk zelden aan je planvermogen. Je maakt een planning voor een dag die niet bestaat. Eentje waarop niemand iets tussendoor vraagt en waarop die ene collega niet net even binnenloopt met een vraag die echt heel kort is.

“Dan maak je simpelweg een preciezer plan voor diezelfde dag die *niet bestaat*.”

Onderzoekers noemen dat de planningsfout. Als we inschatten hoe lang iets duurt, denken we automatisch aan de soepelste versie ervan, zonder alle ruis die er in werkelijkheid omheen zit. Daar komt bij dat je brein bij ongemak kiest voor comfort op de korte termijn, waardoor de taak waar je tegenop ziet vanzelf naar achteren schuift. En ondertussen trekt je omgeving de hele dag aan je aandacht.

Nog strakker plannen helpt daar niet tegen. Dan maak je simpelweg een preciezer plan voor diezelfde dag die niet bestaat. In mijn eerste ondernemersjaren plande ik mijn dagen tot de laatste minuut vol en dacht ik oprecht dat ik strenger voor mezelf moest zijn als het niet lukte. Tot ik daar behoorlijk hard op stukliep. Wat wel werkt is plannen voor de werkelijkheid, inclusief de rommeligheid die daar nu eenmaal bij hoort.

Ga van start met:

Plan voor je gemiddelde dag, niet voor je beste dag

Kijk eens eerlijk naar een normale werkdag en tel op hoeveel tijd er opgaat aan vragen, overleg en dingen die tussendoor komen. Dat is geen storing in je dag, dat is gewoon je dag. Voor de meeste mensen komt het erop neer dat er zo'n zestig procent van je tijd inplanbaar is en dat de rest open moet blijven, en ja, dat voelt de eerste keer ongemakkelijk leeg.

Bepaal vooraf wat er als eerste sneuvelt

Bedenk meteen bij het maken van je planning wat je schrapt of doorschuift als de dag anders loopt, zodat je die keuze niet hoeft te maken op het moment dat je in tijdnood komt. Het feit dat er een besluit ligt, geeft rust.

Kijk vijf minuten terug voordat je vooruit plant

Loop aan het eind van je week langs wat er niet af kwam en waarom niet. Vaak zie je hetzelfde patroon terugkomen. Precies daar kun je de volgende week rekening mee houden.

Werk met een paar vaste ankers in je week

Een dichtgetimmerde planning valt bij de eerste tegenvaller om, terwijl een week met een paar vaste momenten erin overeind blijft ook als de rest verschuift. Zo'n anker hoeft niets met werk te maken te hebben. Het kan zelfs zoiets zijn als de hond uitlaten. Als het maar iets is dat echt vaststaat.

Stop met het verbouwen van je systeem als het misloopt

De verleiding is groot om na een mislukte week op zoek te gaan naar een nieuwe app of methode, terwijl je systeem meestal niet het probleem is. Verander liever één ding aan de manier waarop je plant en houd dat een maand vol.



Aha-inzicht

Je planning is niet stuk, je verwachting van je dag is dat. Zolang je plant alsof je acht uur achter elkaar ongestoord de tijd hebt, blijf je een dag inrichten die niet realistisch is, en dat zegt dus niets over jouw discipline. Reken de onderbrekingen gewoon mee en je hoeft veel minder vaak te schuiven.



Aan het woord

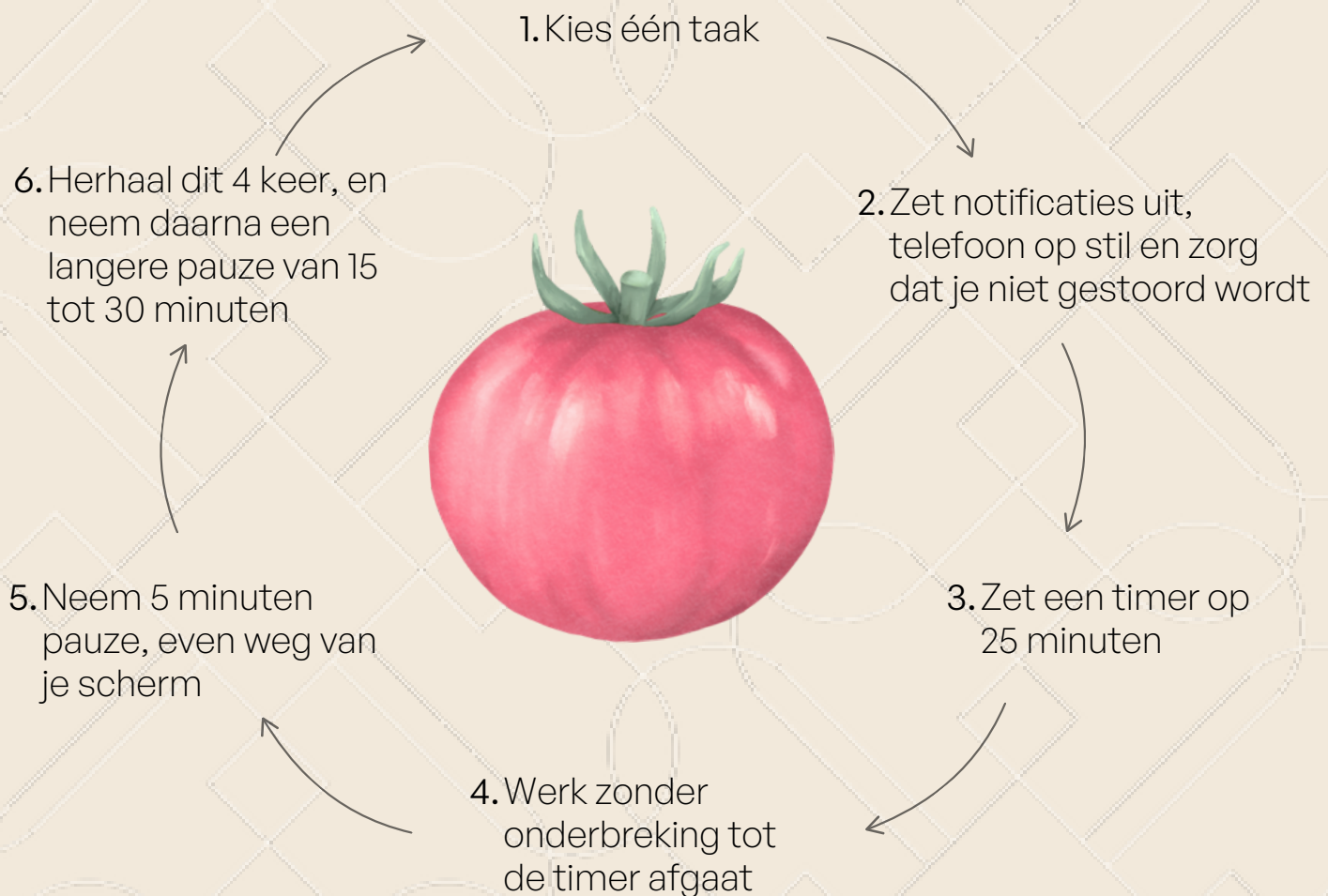
"Bij bijeenkomsten werkt het net zo. Daarom adviseren we altijd om genoeg ruimte in te bouwen in een programma. Juist in die momenten tussendoor ontstaan de beste gesprekken, of is er tijd voor een wandeling in het bos."

Maxime Klaassen - Meeting & Event Specialist

De Pomodoro-techniek helpt om op een simpele manier je aandacht op één taak te houden. De techniek dankt zijn naam aan de kookwekker in de vorm van een tomaat die de Italiaanse bedenker Francesco Cirillo als student gebruikte om zijn werk in korte, behapbare blokken te verdelen.

Pomodoro Techniek

Hoe werkt het?



Wat levert het op?

- Meer focus, minder aandachtsresidu
- Concentratie die vol te houden is, de tijdsblokken zijn afgebakend
- Een realistisch gevoel van voortgang: elk blok is een kleine overwinning
- Minder ruimte voor uitstelgedrag

Uit de praktijk:

Verspreid over het land, *verenigd in het bos*

Hoe Facilicom Solutions zijn consultants dichter bij elkaar bracht tijdens een tweedaagse bijeenkomst bij Hotel 't Speulderbos.

Een team van ruim vijftig consultants en projectmanagers werkt verspreid over heel Nederland. Allemaal bij andere opdrachtgevers. Hoe voelen zij zich tóch onderdeel van hetzelfde team? Dat antwoord vond Facilicom Solutions in de Veluwe bossen. Twee dagen, één doel: deze groep helemaal samenbrengen.

"Ons team is het hart van de organisatie. En dat willen we hen ook echt laten voelen," vertelt Mirjam Marée-van Reek, Directeur Management en Advies. Facilicom Solutions startte ooit met een eenvoudige teambijeenkomst. Inmiddels is die meeting uitgegroeid tot een volwaardig programma én een begrip binnen het team. "De collega's staan bij ons echt centraal. Het tonen van waardering vinden we enorm belangrijk en daarom nodigen we hen jaarlijks uit. Alleen de datum staat vast, de rest blijft een verrassing. Voor vertrek wordt daar in de groepsapp volop over gespeculeerd. Iedereen probeert hints los te peuteren bij de organisatie. Het leeft echt."



Focus aan, *afleiding uit*

Diep in de Garderense bossen ligt **Hotel 't Speulderbos**. Een zorgvuldig gekozen locatie voor deze bijeenkomst. "Rustig, omringd door bos, weg van de drukte. Maar er is hier ook genoeg te beleven. Dat heb je nodig als je een groep twee dagen lang bij elkaar wilt brengen."

Na een goede kop koffie namen de gasten plaats in de vergaderruimte voor een gezamenlijke start. En zelfs vanuit die ruimte was er zicht op het bos. De ideale setting voor het thema van de ochtend: vitaliteit. Mirjam licht toe: "Want wie goed voor zichzelf zorgt, kan er daarna ook zijn voor een ander." Na de workshop over voeding en een gezonde leefstijl was het tijd om in beweging te komen. De eerste activiteit: een dropping.

Samen de strijd aan

"De verbazing was groot toen er ineens legertrucks het terrein opreden," vertelt Mirjam. De groep werd opgesplitst, gedropt en het bos in gestuurd met verschillende opdrachten. "Dit team is ontzettend competitief, dus dit was een schot in de roos."

Wat haar het meest is bijgebleven? De opdracht waarbij je in de huid moest kruipen van een burlend hert. "Je had het moeten zien. Collega's die alles uit het bos halen om zichzelf om te toveren tot een hert en vervolgens uit volle borst staan te burlen. Zoiets levert zoveel plezier op. Daar smeed je een band mee die je in een vergaderruimte nooit voor elkaar krijgt."



Aan het woord

Mirjam Marée-van Reek is Directeur Management en Advies bij Facilicom Solutions, onderdeel van Facilicom Groep en een van de grootste facilitaire dienstverleners van Nederland. Als integrale dienstverlener heeft Facilicom Solutions alle expertise in huis voor complexe facilitaire vraagstukken. Haar team van ruim vijftig consultants en projectmanagers werkt verspreid over het land bij diverse opdrachtgevers. Voor dit team wordt jaarlijks deze tweedaagse bijeenkomst georganiseerd.

Je eigen *festival*

De legertrucks vertrokken, de foodtrucks namen het over. Het terrein voor het hotel wordt zomers namelijk omgetoverd tot een festivalterrein. Met streetfood uit alle hoeken van de wereld, kruiwagens vol koude drankjes en gezellige banken waarop je uren kunt napraten.

"Het Food Festival leende zich perfect voor deze groep. Het is gezellig, informeel en er is ruimte genoeg om samen een spelletje te spelen of bij te praten."

Maar donkere wolken pakten zich samen. De eerste druppels vielen en onweer stuurde het feest naar binnen. Op het Food Court in het restaurant kreeg het streetfood een nieuwe plek en stelde iedereen alsnog een eigen diner samen. Het informele karakter bleef, alleen kwamen de wereldsmaken nu samen onder één dak. "Het liefst waren we buiten gebleven," zegt Mirjam eerlijk. "Maar qua sfeer merkten we er weinig van. De gezelligheid zette zich binnen voort. Een mooie opmaat voor de feestavond die volgde."



Een goed bewaard *geheim*

Wat veel gasten niet weten: achter de theatterruimte van het hotel schuilt nog iets bijzonders. De Speuldbar, een perfecte plek voor een besloten feest. De organisatie koos voor het thema fluor: de bar was versierd, de gasten gekleed in neon en de dansvloer stond de hele avond vol.

En niet alleen met gasten. "De barman was een gangmaker tijdens het feest en deed zelf een dansje mee. Dat vond ik zo leuk!" zegt Mirjam. "Dat is meer dan je werk doen. Dat is gastvrijheid."

"Het is gezellig, informeel en er is ruimte genoeg om samen een spelletje te spelen of *bij te praten.*"

In het bos en op grote hoogte

Het bos kreeg ook de hoofdrol in het programma van dag twee. Het hotel dankt er zelfs zijn naam aan: 't Speulderbos, een van de oudste bossen van Europa en bekend om zijn dansende bomen. Onder leiding van de boswachter leerde een deel van de groep alles over dit bijzondere stuk natuur.

Aan de andere kant van Garderen steeg in het klimbos de adrenaline tot grote hoogte. "Wie spanning had voor de klim werd geholpen door collega's. Zo overwin je letterlijk hindernissen samen," vertelt Mirjam.

Geen *evaluatieformulier* nodig

Om te bepalen of deze tweedaagse geslaagd was, hoefde Mirjam geen evaluatieformulier uit te delen. "Nog voordat ieder weer zijn eigen weg ging, meldden de eerste vrijwilligers zich alweer voor het organisatiecomité." zegt ze lachend. "Dat zegt eigenlijk alles."

Dat is het effect van twee dagen tussen de bomen. Ver van kantoor, maar dicht bij elkaar.



Thema 2: Aandacht managen in plaats van tijd



Zo krijg je grip *op afleiding*

Als je aan het eind van een drukke dag terugkijkt en je afvraagt waar de tijd gebleven is, dan is het antwoord bijna nooit dat je te weinig uren had. Die had je wel, alleen in stukjes van elf minuten. En daar zit het echte probleem van onderbroken worden: niet de onderbreking zelf, maar wat er daarna gebeurt.

Onderzoek naar wat aandachtsresidu heet laat zien dat er bij elke wisseling tussen taken een deel van je aandacht achterblijft bij waar je net mee bezig was. Je zit alweer in het volgende document terwijl een stuk van je hoofd nog aan dat telefoontje denkt. Hoe vaker je wisselt, hoe meer van die restjes je met je meesleept, waardoor er steeds minder overblijft voor waar je nu eigenlijk mee bezig bent. Het verklaart ook waarom een dag met tien korte vragen je vaak meer uitput dan een dag met één lange vergadering.

Afleiding komt daarbij van twee kanten. De externe kant is duidelijk: mail, meldingen en collega's die iets willen weten. Intern gebeurt er minstens zo veel, alleen is dat minder zichtbaar. Het zijn je eigen gedachten, zorgen die blijven rondmalen en ideeën die spontaan in je op komen. Deze vorm van afleiding wordt vaak vergeten, terwijl je hem niet oplost door je telefoon in een la te leggen. Wie beter met zijn tijd wil omgaan, kan daarom beter beginnen bij zijn aandacht. Je hoeft niet meer te doen. Begin met beter te beschermen waar je aandacht naartoe gaat.

Stof tot *nadenken*

Reflectievragen om mee te beginnen:

- Hoe vaak wisselde je vandaag van taak zonder dat je dat van plan was?
- Wat maalt er in je hoofd terwijl je aan iets anders probeert te werken?
- Wanneer werkte je voor het laatst een uur achter elkaar aan één ding?



Ga *van start* met:

Plan een prikkelvrij blok per dag

Een uur waarin je aan één ding werkt, zonder mail en zonder telefoon. Zet het in je agenda alsof het een afspraak is. Gebruik het voor werk dat echt concentratie vraagt, dus draaiboeken, plannings, evaluaties en offertes. En let op: kies niet meteen tien taken voor dat uur, maar hooguit twee. Anders wissel je binnen je prikkelvrije blok alsnog.

Parkeer wat er in je hoofd zit op papier

Schrijf aan het begin van je dag alles op wat in je hoofd zit. Van taken en zorgen tot dat ene mailtje dat je nog moet sturen. Je hoofd blijft gedachten vasthouden zolang het denkt dat het de enige plek is waar ze bewaard worden. Het grootste voordeel: je kunt dingen opschrijven zonder ze meteen te hoeven doen. Vijf minuten is genoeg en het hoeft niet netjes.

Sluit een taak af voordat je wisselt

Moet je toch schakelen, noteer dan in één regel waar je gebleven was en wat de volgende stap is. Die twintig seconden schelen je straks tien minuten zoeken naar de draad.

Maak een not-to-do-list

Schrijf niet alleen op wat je gaat doen, maar ook wat je vandaag bewust niet doet. Dat is meestal meer dan je denkt, en het geeft rust om het ergens te zien staan in plaats van er de hele dag een licht schuldgevoel over te hebben.

Kies vaste momenten voor bereikbaarheid

Altijd bereikbaar zijn voelt effectief, maar is het allerm minst. Twee of drie vaste momenten per dag is voor de meeste functies genoeg. Laat het je omgeving weten met een status op bezet, een koptelefoon of een dichte deur. Zeggen dat je tot elf uur aan iets werkt, kan natuurlijk ook. De meeste mensen houden daar prima rekening mee zodra ze het weten.

Kies één prioriteit per dagdeel

Drie prioriteiten per dag klinkt overzichtelijk, maar in de praktijk is dat voor de meeste mensen te veel om echt te beschermen. Kies er daarom één voor je ochtend en één voor je middag, en bouw de rest van dat dagdeel daaromheen. Alles wat overblijft is bonus.



💡 Aha – inzicht

Je verliest je focus niet op het moment dat je wordt onderbroken, maar in de minuten daarna, wanneer je probeert je aandacht weer terug te brengen. Bepalend is dus niet hoeveel uren je hebt, maar hoe aaneengesloten ze zijn. En daar heb je zelf veel meer invloed op dan op je agenda.



Aan het woord

"De keuze voor een bijeenkomst buiten kantoor draagt bij aan het focussen op aandacht. Zodra je in een andere omgeving bent, houd je afleiding buiten de deur. Wat je daarvoor terugkrijgt is een groep die echt aanwezig is. Voor elkaar en het doel van de bijeenkomst."

Vera Meuwissen - Meeting & Event Specialist

Braindump

We kennen het allemaal: een hoofd vol taken, ideeën en losse gedachten die om aandacht vragen. In deze rubriek laten we zien hoe een simpele braindump — alles ongefilterd opschrijven, zonder na te denken over structuur — je kan helpen om orde te scheppen in de chaos en met een helder hoofd aan de slag te gaan.

Stap 1: Zet een timer (10 minuten) en schrijf alles op wat er in je opkomt, zonder filter of structuur.

Stap 2: Lees rustig terug en sorteer het als volgt: wat is een taak, een zorg, een idee?

Stap 3: Zet de bruikbare punten om in een to-do lijst. De rest mag je gewoon laten staan. Het opschrijven zelf heeft al een opluchtend effect.

Taken

Geen filter, *gewoon schrijven*

Zorgen

Ideëen

Waar ben jij echt *outofoffice*?

Kaya de Lange, CEO van BeFrank, plant haar rust net zo bewust als haar werk

Struinen door de Noord-Hollandse duinen, genieten van een stille baai op Ibiza. Of beter nog: zo ver de zee op dat je niemand meer tegenkomt. Vraag Kaya de Lange (39) naar haar #outofoffice en ze neemt je mee naar een plek waar altijd kalmte heerst en er toch altijd beweging is: het water.

Kaya is CEO van pensioenuitvoerder BeFrank en werd in november uitgeroepen tot Young Captain 2025. Ze won hiermee de award voor de meest veelbelovende jonge leider in het Nederlandse bedrijfsleven. Ze is een vrouw vol ambities en reislust. Voor het maken van beslissingen, groot of klein, draait ze haar hand niet om. Maar kiezen voor rust, dat is een ander verhaal. Daarom plant Kaya bewust haar momenten van ontspanning. Niet door stil te zitten, maar juist door eropuit te gaan.

"Het is misschien wel een heel saai antwoord", lacht ze. "Maar wat ik het fijnste vind, is buiten zijn. In de natuur, het liefst met water in de buurt."

De wijsheid *van het water*

Kaya woont in hartje Amsterdam. Bewust, want ze houdt van de stad, van de musea, de restaurants, alles wat er te doen is. Maar om haar gedachten tot rust te brengen, kiest ze toch een andere bestemming.

"Het Vondelpark is niet rustig genoeg. En in het Amsterdamse Bos vliegt er elke tien minuten een vliegtuig over. Misschien is dat wel de tegenstelling die ik zoek: ik woon graag in de stad, maar opladen doe ik erbuiten."

Dan struint ze het liefst door de Noord-Hollandse duinen, vlak bij het dorp waar ze opgroeide. "Back to my roots", zoals ze zelf zegt. Of naar Ibiza, de vakantiebestemming waar het gezin het vaakst terugkeert. "Ibiza is een bekende bestemming onder Nederlanders en de meesten denken vooral aan de feesten. Maar ik ken Ibiza op een hele andere manier: de natuur, de fantastische baaien en heel lekker eten."

Wat deze plekken met elkaar gemeen hebben? Er is altijd water. "Op het water zijn geeft me een enorm gevoel van vrijheid, de zee lijkt wel eindeloos. En wanneer je erin springt, ben je ineens onderdeel van een hele andere wereld."

De liefde voor het water zit in de familie. "Mijn ouders zijn allebei zeilinstructeur geweest. Zeilen heb ik zelf nooit goed geleerd, dat vind ik jammer. Maar het water heeft me altijd getrokken: ik heb jarenlang op hoog niveau geroeid." Toch hoeft ze niet zelf aan het roer te staan om ervan te genieten. "Als wij op vakantie gaan, zorgen we altijd dat we een paar dagen op het water zijn. Magisch vind ik dat."



Aan het woord

Kaya de Lange is sinds maart 2024 CEO van BeFrank, de pensioenuitvoerder die pensioen begrijpelijk en toegankelijk maakt. In november 2025 werd ze uitgeroepen tot Young Captain, de award voor de meest veelbelovende jonge leider in het Nederlandse bedrijfsleven. Young Captain is een prestigieus programma dat toekomstige topbestuurders van Nederland ondersteunt in hun ontwikkeling en met elkaar verbindt. Bilderberg is vanaf het begin een betrokken partner.

Zo ver de zee op

Er is nog iets wat haar naar het water trekt: het vrij zijn van alle rollen. Niemand die iets vraagt of iets van haar verwacht. Dat lijkt misschien opvallend, juist omdat de jury van de Young Captain Award Kaya prees om haar talent om mensen samen te brengen. Toch is het geen tegenstelling. Want juist door af en toe helemaal zichzelf te kunnen zijn, kan ze zich daarna weer volop geven aan de mensen om haar heen.

"Ik heb altijd gedacht dat ik heel extravert ben. Maar ik merk dat ik het ook heerlijk vind om alleen met mezelf te zijn. Even nergens onderdeel van zijn. Geen leider, niet het voorbeeld hoeven geven. Mijn vrienden zeggen weleens dat ik dan helemaal uitsta. En zo voelt het ook."

Dat uitstaan is nog niet zo makkelijk. Het is volgens haar iets dat je moet leren. "Mijn antennes staan de hele tijd aan. Een sociale antenne, de antenne op je werk, thuis. Dat uitzetten is geen knopje waar je op drukt. Ik ben er in mijn leven vaak voor gewaarschuwd om goed op mezelf te letten. Daarom probeer ik bewust af te schakelen, om daarna weer in dat volle leven te kunnen stappen."

Stilzitten is daarbij geen optie. "Dat kan ik namelijk niet. Mijn hoofd raakt niet leeg, sterker nog: dan ga ik alleen maar zitten denken. Ik moet er echt op uit. Letterlijk in beweging komen."

Beweging zonder doel

Beweging speelt haar hele leven al een belangrijke rol. Van fanatiek handballen, roeien op topniveau tot wielrennen. Presteren zat er al van jongs af aan in: "Met sporten had ik altijd wel een doel: ik vond het vroeger cool wanneer ik iedereen eruit fietste. Dat ik wakker werd en zo de Mont Ventoux op kon. Of een halve marathon binnen twee uur liep. Nu denk ik juist: haal die druk er eens af. Het hoeft niet."



"Jezelf uitzetten is geen knopje waar je op drukt. Het is iets wat je moet leren."

Dat is misschien wel de grootste verandering in haar #outofoffice. "Op mijn cv staat volgens mij nog steeds dat ik ambitieus ben in werk én privé. Maar ik ontspan niet optimaal als ik continu met een doel bezig ben. Dus die trigger probeer ik nu juist weg te halen. 's Ochtends wakker worden, even inchecken bij mezelf en denken: waar heb ik nou eigenlijk zin in? Dat is een heel andere manier van je leven inrichten."

Het moederschap is daarin het omslagpunt. En een agenda die geen ruimte overlaat. "Ik gaf laatst een presentatie en deelde daarin een rekensom: tel de tijd die je besteed aan je werk, je gezin, je vrienden en het sporten bij elkaar op en kijk hoeveel tijd je overhoudt voor jezelf. Bij mij bleef er nauwelijks iets over."

Dus kiest ze. Het wielrennen, ooit haar grote passie, laat ze grotendeels liggen. "Dan ben ik zo drie uur van huis, terwijl ik die tijd ook met de kinderen kan doorbrengen. Nu sport ik efficiënt en ben ik binnen een uur weer thuis." Doordeweeks is ze vaak tussen zes en acht bij haar gezin. Zonder telefoon en laptop. "Als ik dan thuis ben, dan wil ik er met volle aandacht zijn."

En wanneer je zoveel ballen in de lucht houdt, laat ze er dan wel eens één vallen? "Zeker, en soms is dat helemaal niet erg. Als je het maar bewust doet, en het niet de zoveelste is die per ongeluk valt." Juist die keuzes maken haar werk beter, daar is ze van overtuigd. "Ik geloof dat je alleen een bedrijf goed kunt leiden als je ook goed voor jezelf zorgt."

Later is nu

En hoe ziet zij, als CEO van een pensioen-uitvoerder, haar eigen later voor zich? Daar hoeft ze niet lang over na te denken: "De kinderen zien opgroeien, mooie reizen maken en iets toevoegen aan onze maatschappij." Maar één ding weet ze zeker: "Ik wil meer van de wereld zien en daar ga ik niet mee wachten tot ik met pensioen ga", besluit ze lachend.



#OOO

Even uit.
Helemaal aan.

Ga out of office. Want soms gebeurt wat goed is voor je bedrijf, juist buiten je bedrijf.

Bekijk onze vergaderlocaties op
bilderberg.nl/outofoffice.

Thema 3: Regie houden als je agenda niet alleen van jou is

Beschikbaar zijn kun je *regisseren*

Je agenda is vaak niet alleen van jezelf. Collega's plannen afspraken in, klanten hebben een vraag, je leidinggevende schuift er iets tussen en het programma dat vorige week nog klopte ziet er vandaag anders uit. Dat hoort bij samenwerken en hoeft geen probleem te zijn. Tot er stilzwijgend een verwachting ontstaat die niemand ooit heeft uitgesproken.

En zo gaat het vaak. Je reageert een paar keer binnen twee minuten op een appje en binnen een maand is dat de norm waar iedereen op rekent. Of je lost één keer iets op wat eigenlijk niet van jou was, en vanaf dat moment komt die vraag vaker bij jou terecht. Op het moment dat jij zegt "laat mij er even naar kijken", is het probleem van de ander jouw taak geworden. Doe dat vaak genoeg en je agenda staat vol met werk dat je nooit bewust hebt aangenomen. Terwijl je tegelijk het gevoel houdt dat je de hele dag iedereen hebt geholpen. Wat ook zo is. En dat is precies wat het zo lastig maakt.



Regie houden gaat dus over voorspelbaar beschikbaar zijn. Helder hebben wanneer je er wel bent en wanneer even niet, en weten wat wel en niet bij jou thuishoort. Het gaat niet over je afsluiten voor mensen om je heen. Het is bovendien net zo prettig voor je collega's, die dan niet hoeven in te schatten of ze je nu wel of niet mogen storen.

“Regie houden
gaat dus over
voorspelbaar
beschikbaar zijn.”

Stof tot *nadenken*

- Welke vragen komen bij jou terecht die eigenlijk ergens anders thuishoren?
- Welke afspraak in je agenda van deze week heb je zelf gekozen?
- Wat zou je oppakken als je morgen twee uur onbereikbaar was?

Ga van start met:

Maak van bereikbaarheid een afspraak in plaats van een gewoonte

Spreek uit wanneer je waarop reageert. Bijvoorbeeld dat je je mail twee keer per dag beantwoordt en dat mensen bij spoed kunnen bellen. Zolang je dat niet zegt, vult iedereen zelf iets in. En dat is meestal "meteen". Je wordt er niet minder behulpzaam van, je wordt alleen beter te volgen.

Geef de vraag terug met een vraag

Krijg je iets voorgelegd wat eigenlijk niet van jou is, vraag dan wat de ander zelf al bedacht heeft. Vaak merk je dat dezelfde vraag de volgende keer helemaal niet meer bij je langskomt.

Zeg ja met een voorwaarde in plaats van nee

"Ja hoor, dat kan, en dan schuift die evaluatie naar volgende week, is dat akkoord?" Of: "Ik kan dit vandaag oppakken, maar dan maak ik het draaiboek morgen in plaats van vanmiddag." Je weigert niets, je maakt alleen zichtbaar wat het kost. Soms blijkt het verzoek dan ineens een stuk minder urgent, en anders maak je er samen een keuze over.

Maak vaste momenten voor vragen en overleg

Een kort dagelijks inloopmoment of een vast halfuur waarop mensen bij je terecht kunnen, vervangt al snel een stuk of tien losse onderbrekingen.

Draag niet alleen de taak over, maar ook de beslissing

Hier gaat het meestal mis. Als je werk uit handen geeft maar de knopen zelf blijft doorhakken, blijft het terugkomen. Alleen dan in de vorm van tien vragen om akkoord. Spreek daarom af binnen welke kaders de ander zelf mag beslissen, bijvoorbeeld dat aanpassingen tot een bepaald bedrag niet meer langs jou hoeven. Dat kost eenmalig wat meer uitleg en levert daarna structureel rust op, voor iedereen.



Aha-inzicht

Je agenda is niet alleen van jou, en dat hoeft ook niet. In een organisatie waar niemand ooit iets van je vraagt, gebeurt er weinig. Het verschil zit hem erin of je beschikbaar bent op momenten die je zelf gekozen hebt, of op momenten die je overkomen. Dat eerste regel je grotendeels door het simpelweg uit te spreken.



Aan het woord

"Op de dag zelf wil je als organisator vooral bij je gasten zijn, niet bij tien verschillende vragen over de techniek of de lunchtijden. Daarom neemt onze Maitre B 's ochtends het hele programma met je door. Zo is jullie planning op elkaar afgestemd en weet je precies bij wie je terecht kunt voor vragen. Zo kun je echt aandacht hebben voor je gasten."

Marieke Jongbloed - Meeting & Event Specialist

Regie houden over je agenda gaat niet alleen over plannen, maar ook over bewust kiezen.

Dat geldt ook voor de locatie van je bijeenkomst. Een strategiesessie vraagt om iets heel anders dan een teamdag of een kick-off. De locatie kan daarmee net dat beetje extra bieden dat inhoud beleving geeft. Drie hotels, drie keer een andere omgeving, elk met een eigen kracht.

Ook locatiekeuze is een vorm *van regie*



Echt samenzijn bij *Kasteel Vaalsbroek*

In de Zuid-Limburgse heuvels vind je een stukje buitenland in eigen land. Kasteel Vaalsbroek is een compleet landgoed met zowel karakteristieke kasteelruimtes, als het moderne Moretti paviljoen met zicht op de vijver. Deze omgeving nodigt uit om te blijven, perfect voor meerdaagse strategiesessies en conferenties. Overdag vergaderen, 's middags Limburgse wijnen proeven, een roofvogelworkshop volgen of vlaaien bakken op het landgoed, en 's avonds het gezelschap verrassen met een feestelijk diner. Zo neemt iedereen aan het eind van de bijeenkomst meer mee naar huis dan alleen de uitkomst van de vergadering.

Bij *Hotel De Bilderberg* staat een goed gesprek op het menu

Dit hotel staat bekend om zijn diversiteit aan vergaderruimtes, midden in de Veluwe bossen. Maar de beste gesprekken van de dag vinden vaak buiten die vergaderruimtes plaats. Onder de stretchtent van Summer in the Woods bijvoorbeeld. Hier geniet je in de zomer aan lange tafels van Italiaanse gerechten om te delen. In het najaar staat er een glazen kas tussen de bomen: Winter in the Woods. Dé plek voor een sharing dinner of een uitgebreide borrel. Deze omgeving biedt ruimte voor de gesprekken die er echt toe doen. Zonder agenda, zonder klok.



Bouw een sterk team aan de kust bij *Europa Hotel Scheveningen*

Vanuit de vergaderruimte sta je binnen twee minuten met je voeten in het zand. In de zomer kan dat eruit zien als een middag fietsen over het strand, een potje kiten of een uitdagende sessie Expeditie Robinson. In de winter organiseren we onze stormsessies aan het strand: maatwerk activiteiten terwijl de wind stevig waait en de golven razen over zee. Maar ook een korte wandeling tussendoor zorgt al voor een soort helderheid die je aan een vergadertafel zelden vindt. Terug in het hotel is er de rust om de gevonden inzichten om te zetten in een concreet plan.



En dan nu...

Nu heb je alle tools om regie over je agenda te pakken. Cynthia gaf je in dit magazine de handvatten die je helpen met plannen voor de werkelijkheid, je aandacht beschermen en helder krijgen wat wel en niet bij jou thuishoort.

Wat daarbij opvalt is dat regie zelden gaat over strakker plannen. Het gaat over ruimte maken.

Dat herken ik ook. Want de bijeenkomsten die het meeste opleveren zijn zelden de dagen waarin alles tot op de minuut vastligt. Het zijn de dagen waarop een sessie mag uitlopen omdat de vragen goed zijn. Waar een wandeling in het bos meer losmaakt dan de presentatie ervoor. Waar tijdens het diner dingen ter sprake komen die op kantoor nooit gezegd waren.

Daar denken wij graag over mee. Over waar je samenkomt, wat er op het programma staat en vooral wat er ruimte moet krijgen. En over wat je met een gerust hart aan ons kunt overlaten. Zodat jij je op de dag zelf kunt richten op je gasten, en niet op de logistiek.

Ontdek wat Bilderberg voor jou kan betekenen op bilderberg.nl/outoffice of bereik ons via groepsreserveringen@bilderberg.nl of via +31 (0)85 - 0766610.



Liesbeth van Belkom
Director of Sales



