

STUDIEDAG

**DIT WIL JE
NIET MISSEN!**

**MET CABARET-
PROGRAMMA DOOR
LISA LOEB**



TERUG NAAR DE

SCHOOL BANKEN

**MEDISCH EN
AFDELINGSSECRETARESSES**

ZATERDAG 21 MEI 2022

T HOOGHE LANDT COLLEGE AMERSFOORT

MELD JE AAN OP **WWW.MARKTWO.NL**

DE SLIMSTE VAN DE KLAS MET LISA LOEB



Mist het niet: deze les wil je inhalen. Bij 'Terug naar de Schoolbanken' op zaterdag 21 mei in 't Hooghe Landt College in Amersfoort trakteren we je op een onweerstaanbaar lespakket. En reken er vast op dat jij en je collega's de behoefte hebben om na te blijven. Speciale gast is namelijk cabaretier, (jazz-)zangeres, actrice, componist en bovenal slimste mens 2021: Lisa Loeb.

Wekelijks spettert ze van de buis bij Khalid & Sophie op NPO 1. Momenteel gaat ze als een komeet langs de theaters met de cabaretvoorstelling Extase, terwijl in maart haar nummer 'Mijn Odyssee' werd genomineerd voor de Annie M.G. Schmidtprijs met het beste theaterlied. Ze is Intellectueel, schaamteloos en Loebzuiver. Dit is zo fout dat we het toch goed rekenen!

HOE IS DE DAG INGEDEELD?

- 09.00 Aankomst en registratie
- 09.30 Naar de lokalen
- 09.45 **Start lesronde 1**
- 11.00 Pauze
- 11.20 **Start lesronde 2**
- 12.35 Lunch
- 13.20 **Start lesronde 3**
- 14.35 Pauze
- 15.00 **Start lesronde 4**
- 16.15 Einde programma



**START CABARET-
PROGRAMMA DOOR
LISA LOEB**

ONS LESAANBOD

KIES DE 4 ONDERWERPEN DIE JE HET MEEST AANSPREKEN EN GEEF DIE KEUZE BIJ INSCHRIJVING AAN

1. Spreek jij de taal van de dokter?

Medisch jargon zit vol struikelblokken op het gebied van spelling. Je zou er haast dyslectisch van worden. Natuurlijk heb jij je als secretaresse van de medische staf een weg weten te banen door dat taalgebruik. De termen die je dagelijks gebruikt, zul je zelfs in je droom nog goed kunnen spellen. Maar soms komen er termen voorbij uit een vakgebied dat je sinds je opleiding niet meer bent tegen gekomen. In deze les halen we het allemaal op. We spelen Nationaal Dictée met medische termen en bespreken het grondig na, inclusief handige tips voor het voorkomen van bekende valkuilen. En nee, we gaan je niet overhoren. Je kunt anoniem antwoord geven op de meerkeuzevragen.

2. De secretaresse als poortwachter

Als medisch of afdelingssecretaresse ben je een belangrijke verbindingsschakel in het netwerk van de ziekenhuisorganisatie. Professionals van binnen de organisatie en van buiten, maar ook patiënten en familieleden doen een beroep op je. Allemaal hebben ze hun eigen belang, dat je op waarde moet schatten en moet indelen naar belangrijkheid. Hoe doe je dat? Tijdens deze les gaan we in op jouw rol als 'gatekeeper', de wachter aan de poort die mensen (of berichten) soms even tegenhoudt, maar ook zorgt dat ze zo snel mogelijk de juiste bestemming bereiken. Je leert om prioriteiten te stellen, heldere verwachtingen te scheppen en grenzen te stellen als het nodig is. Kortom, een inspirerende les om meer in je kracht te staan.

3. No stress: verbeter je mentale weerbaarheid

Een volle wachtruimte, drie telefoontjes in de wacht en een zoon van een patiënte die dreigt te ontploffen als hij niet NU een arts te spreken krijgt – stress is niet altijd te vermijden. En stress is zelfs niet altijd verkeerd. Een beetje hebben we nodig om optimaal te presteren. Maar chronische dagelijkse stress zonder voldoende ontspanning kan ernstige gevolgen hebben. Onze docent legt uit wat stress doet met lichaam en geest, maar legt ook uit hoe je het beste kunt omgaan met stress. Compleet met een aantal toepasbare ontspanningsoefeningen. Hoe herken je stress? Hoe krijg je meer grip op je gestresste brein? Versterk je mentale veerkracht. Leer efficiënter te werken en probeer geregeld afstand te nemen van de waan van de dag.

4. Van perfectionist naar optimalist: goed is goed genoeg!

Als iets volgens de meeste anderen goed genoeg is, ga jij dan ook altijd nog even door tot het echt perfect is? Voel je je anders ongemakkelijk en ontevreden? Heb je daardoor moeite met delegeren? Want als jij de touwtjes zelf in handen houdt, weet je tenminste zeker dat het goed gebeurt? Als het antwoord op deze vragen JA is, dan ben jij waarschijnlijk een perfectionist. Voor anderen is jouw perfectionisme misschien geweldig, voor jezelf kan het behoorlijk schadelijk zijn. Daar heb je niet alleen op je werk last van, maar thuis ook. In deze les maak je kennis met een nieuwe manier van werken die gezonder is maar ook efficiënter. Je leert kritisch te kijken naar wat je wilt bereiken en je leert zien hoe je perfectionisme je daarbij soms juist tegenwerkt. Echt een ware eye-opener.

5. Altijd aanstaan, hoe lekker is dat?

We implanteren onze smartphone nog net niet, maar de hele dag is het ding binnen handbereik. Apps en social media als Whatsapp, Facebook, LinkedIn en Instagram trekken de hele dag onze aandacht, zowel zakelijk als privé. Maar hoe beïnvloedt dit je werk? Hoe ga jij hier mee om? En wanneer krijg je afkeurende blikken? Tegelijk zit deze verslaving diep in ons systeem. Een post of bericht geeft ons een gevoel van efficiëntie en beloont ons. Daarnaast heeft elk platform zo zijn eigeneigenaardigheden. Op 18 december a.s. praten we je bij over o.a. Instagram. Ook actualiseren we jouw tijdlijn van de populairste social media. En we geven je praktische tips als: hoe schrijf je een triggerende post? Wat doe ik met stories? enz. Click and go. Dit ga jij vast leuk vinden!

6. ZEN het nieuwe jaar in!

Pak jij wel eens een rustmoment in je drukke bestaan? Hou jij de work-life balance in de gaten? Dat is best de moeite waard en voor sommigen onder ons bittere noodzaak. Zeker na die ellendige coronaperiode. Waar put jij energie uit? Even stilstaan en omkijken naar belangrijke gebeurtenissen in je leven, voorvallen op je werk, mijlpalen en misschien ook wel tegenslagen. Hoe ga je daar mee om? En stel je jezelf wel eens de vraag: hoe gaat het eigenlijk met me? Maak ik de juiste keuzes? Heb ik kansen laten liggen? Wat wil ik anders doen? Leer in deze les hoe je de tijd neemt voor reflectie. Hoe moet dat? Wanneer doe ik dat? Deze sessie zal je goed doen. Ga ZEN het nieuwe jaar in.

MELD JE AAN OP WWW.MARKTWO.NL

ALGEMENE INFORMATIE

VOOR WIE IS DEZE DAG?

Deze schooldag is bedoeld voor medisch secretaresses, afdelingssecretaresses, office managers, management-assistentes en andere ondersteunende beroepen in de ziekenhuiszorg, in Zelfstandige Klinieken en in de GGZ.

WAAR EN WANNEER?

De kersteditie van 'Terug naar de schoolbanken voor medisch en afdelingssecretaresses' wordt gehouden op zaterdag 21 mei a.s. in 't Hooghe Landt in Amersfoort.

WAT KOST HET?

Deelname aan de 'Terug naar de schoolbanken' studiedag kost € 215,-. In dit bedrag zijn je consumpties, de lunch, het digitale cursusmateriaal en het kerstcadeautje begrepen.

HOE SCHRIJF IK IN?

Je kunt uitsluitend digitaal inschrijven op www.marktwo.nl

STEL DAT IK MOET AFZEGGEN?

Annuleren kan. Doe het wel schriftelijk/per e-mail naar info@marktwo.nl. Tot 14 dagen voor de uitvoering betaal je € 25,- administratiekosten, korter voor uitvoering ben je het volledige inschrijfgeld verschuldigd. Je kunt dan wel een collega in jouw plaats laten deelnemen. Neem daarvoor contact op met ons secretariaat: info@marktwo.nl. Onze annuleringsvoorwaarden staan op onze website www.marktwo.nl

CONTACT MET MARK TWO ACADEMY

Als je vragen hebt, mail naar info@marktwo.nl; als je door ons gebeld wilt worden schrijf dat dan inclusief je telefoonnummer in het bericht.

EN ALS CORONA ONS IN MEI TOCH NOG DWARS ZIT?

Daar gaan we niet vanuit. Maar ook dan zijn er een paar mogelijkheden: als je een negatieve coronatest hebt of je kunt aantonen dat je gevaccineerd bent, kunnen we je volgens de dan geldende RIVM-regels zonder problemen op school toelaten. Uit voorzorg plaatsen we dan 10 in plaats van 20 deelnemers in een lokaal. Kan het echt niet op locatie, dan bieden we een aantrekkelijk online alternatief.