



Nationale Secretaressedag 18 april 2019

Programma

- 8.30 - 09.00 uur Registratie en inloop met koffie en thee in de Duisenberg Plaza
- 9.00 - 10.00 uur Plenaire bijeenkomst met welkom door voorzitter College van Bestuur, prof. dr. Jouke de Vries, aansluitend Joep van den Eerenbeemt, TNO
- 10.15 - 11.00 uur Workshopronde 1:
➤ Durf te leren!
➤ De geheimen van Google
➤ Mantelzorg: een gedeelde zorg
➤ Je loopbaan heeft meerdere seizoenen
- 11.15 - 12.00 uur Workshopronde 2:
➤ Durf te leren!
➤ Communicatie: de pers de baas?
➤ Laat je yang in contact komen met je yin
➤ Lessen in geluk
- 12.15 - 13.00 uur Workshopronde 3a:
➤ Event management: hoe krijg je de zaal vol
➤ Hoe werkt LinkedIn voor jou?
- 12.45 - 13.30 uur Workshopronde 3b:
➤ Stress de baas
➤ Het verhaal van de RUG

Lunchbuffet wordt geserveerd tussen 12.15 – 14.00 uur in de Duisenberg Plaza.

- 10.00 - 14.00 uur **Informatiemarkt** in de Duisenberg Plaza met medewerking van:
- AFAS
 - AVG RUG
 - Facilitair Bedrijf RUG
 - Bloem en zo
 - Fotograaf Ronald Zijlstra
 - NH Hotels
 - Opleidingsadvies door HR
 - Speedcoaching
 - Speeddaten
 - Pouw
 - Kaaskop
 - Tempo Team
 - SPiNN
 - Ishop RUG

De catering wordt deze dag mede mogelijk gemaakt door Beijck Catering.

Tijd	Zaal 1	Zaal 2	Zaal 3	Zaal 4
Workshopronde 1 10.15 – 11.00 uur	<p>Durf te leren!</p> <p><i>In deze workshop neemt Joep je mee in je huidige ufo-profiel. Welke taken nemen toe, nemen af, komen erbij. En wat betekent dit voor jou? Wat ga en durf je te leren.</i></p> <p><i>Door Joep van den Eerenbeemt, TNO</i></p>	<p>De geheimen van Google</p> <p><i>In deze workshop word je meegenomen in de wereld van Google. Je krijgt zicht op wat de mogelijkheden zijn en waar bepaalde knoppen/functionies voor dienen. Na afloop heeft Google minder geheimen voor je.</i></p> <p><i>Door Elsje Werkman, CIT</i></p>	<p>Mantelzorg: een gedeelde zorg</p> <p><i>Je hebt mantelzorg. De mate waarin je dit hebt varieert van persoon tot persoon. Hoe ga je daar mee om? In deze workshop kort aandacht wat dit voor jou betekent en ook waar en hoe je hulp/ondersteuning kunt krijgen, want je hoeft het niet alleen te doen.</i></p> <p><i>Door Joan Draaisma, AMD</i></p>	<p>Je loopbaan heeft meerdere seizoenen, in welk seizoen zit jij?</p> <p><i>Seizoenen in je loopbaan(leven): we besteden aandacht aan hoe je leven/loopbaan is te verdelen in seizoenen. Elk seizoen biedt/vraagt andere kwaliteiten. Na een korte uitleg gaan we graag met je in gesprek over: Waar zit jij qua werk of leven? En wat kun je hier mee?</i></p> <p><i>Door Jildou Spoelstra en Irene Ravenhorst, RUG</i></p>
Workshopronde 2 11.15 – 12.00 uur	<p>Durf te leren!</p> <p><i>In deze workshop neemt Joep je mee in je huidige ufo-profiel. Welke taken nemen toe, nemen af, komen erbij. En wat betekent dit voor jou? Wat ga en durf je te leren.</i></p> <p><i>Door Joep van den Eerenbeemt, TNO</i></p>	<p>Communicatie: de pers de baas?</p> <p><i>Dan heb je ineens de pers aan de lijn. Je doet je verhaal en dan komt er een heel ander verhaal in de krant en voordat je het weet bemoeit iedereen zich er mee. Wie is de baas over jouw verhaal en kun je de pers de baas blijven? Jorien deelt graag haar expertise hierin.</i></p> <p><i>Door Jorien Bakker, Communicatie</i></p>	<p>Laat je yang in contact komen met je yin</p> <p><i>Een korte workshop in het teken van yoga. Esther neemt je mee in de yinyoga en laat je op een inspannende en ontspannende manier afstand nemen van de dagelijkse gang van zaken.</i></p> <p><i>Door Esther Gerringa, Tadelungt</i></p>	<p>Lessen in geluk</p> <p><i>Gelukkig zijn, dat wil iedereen wel. Maar hoe bereik je dat? Wat maakt mensen gelukkig en hebben we zelf invloed op ons (werk)geluk? Word je gelukkig als je beter presteert of presteer je beter als je gelukkig bent? Is er een relatie tussen gezondheid, geld en geluk? Is het bevorderen van geluk (ook) een taak van de werkgever of hebben we ons geluk vooral in eigen hand? In deze presentatie praten we over de zin en onzin van streven naar geluk. Is geluk inderdaad een keuze of denken we dat maar en is geluk helemaal niet zo maakbaar als sommige mensen beweren?</i></p> <p><i>Door Agnes Schilder, ACT Too</i></p>

Tijd	Zaal 1	Zaal 2	Zaal 3	Zaal 4
Workshopronde 3a 12.15 – 13.00 uur	<p>Event management: hoe krijg je de zaal vol</p> <p><i>Miriam heeft een jaar meegedraaid in de organisatie van de Noorderlinkdagen 2018. Een groots evenement van een hele dag. In deze workshop neemt ze je mee in haar persoonlijke reis in dit jaar.</i> Door Miriam Brugmans</p>	<p>Hoe werkt LinkedIn voor jou?</p> <p><i>LinkedIn is een bekend fenomeen en waarschijnlijk heb je al een profiel hier. In deze workshop is er aandacht hoe je LinkedIn kunt inzetten om je doelen te bereiken. Dat kan om je huidige baan/baas beter onder de aandacht te brengen en/of om zelf een andere baan te krijgen.</i> Door Jantine Wijtsma</p>		
Workshopronde 3b 12.45 – 13.30 uur			<p>Stress de baas</p> <p><i>Iedereen heeft wel eens last van stress. Wanneer wordt stress een zorgpunt. In deze workshop aandacht voor de signalen van stress en wanneer het tijd is om actie te ondernemen om zo stress de baas te blijven.</i> Door Joan Draaisma, AMD</p>	<p>Het verhaal van de RUG</p> <p><i>De RUG heeft waarden en kernbegrippen benoemd in hoe zij zich als organisatie wil presenteren. Wat betekenen deze waarden en kernbegrippen voor de secretaresse?</i> Door Holger Bakker, Communicatie</p>

Naast het programma met de workshops is er een informatiemarkt met o.a. speedcoaching, speeddating, opleidingsadvies, [een professionele fotograaf](#) en stands van AVG, AFAS, Beijk en vele anderen.