



Inleiding ontwikkelsupport voor iedereen!

informatie voor teams / afdelingen

Coachkwartier helpt je vooruit!

met kleine of grote vragen over werkdruk, samenwerken, vitaliteit, communicatie of loopbaan.

support
bij jouw
ontwikkeling

volgende stap?

grenzen stellen?

meer zelfvertrouwen?

balans?

anderen meekrijgen?

Gun jezelf groei

We vinden het belangrijk dat jij jezelf kan blijven ontwikkelen én dat je lekker in je vel zit! Coachkwartier ondersteunt je hierbij, laagdrempelig en anoniem. Online start je zelf je traject op en kun je direct van start met een externe, professionele coach die bekend is met onze organisatie.

Voordelen voor jou

- vertrouwelijk en persoonlijk
- direct en gemakkelijk beschikbaar
- weinig tijd, groot effect



TOEGANGSCODE



START
DIRECT



Vanaf nu kan iedereen vanuit zelfregie -
direct, vroegtijdig en laagdrempelig -
coaching inzetten tbv
persoonlijke én organisatiegroei!

Voor iedereen het juiste coachmoment.

IEDERIOPT

Welkom

- Wegwijs in ontwikkelsupport
- Hoe inzetten voor jezelf?

1 Essentie & thema's | 2 Praktijk & werkwijze





Waarom vinden we persoonlijke groei belangrijk?

- Betrokkenheid
- Kwaliteit, productiviteit, innovatie en creativiteit
- Instroom en doorstroom; inzetbaarheid en vitaliteit; werktevredenheid en -geluk
- Lerende organisatie; aanpassingsvermogen, wendbaarheid en veerkracht

GUN JEZELF GROEI!





Herken je deze drempel(s) bij stellen hulpvraag?

- (Nog) onduidelijke vraag
- Weet niet precies wat ik nodig heb en waar ik om kan vragen
- Wil het klein houden
- Anderen hebben het meer nodig
- Schaamte bij vraagstuk
- Prioriteiten en werkdruk
- Ongemakkelijk, onbestemd
- Bescheidenheid, relativering
- Interne route omslachtig
- Imago van coaching
- Een andere drempel?



Pijlers ontwikkelsupport



niet alleen om 5 voor 12

Doorontwikkelen

- Op het juiste moment
- Bij problemen én het voorkomen
- Zelfbewustzijn en zelfvertrouwen
- Doorontwikkelen, experimenteren



laagdrempelig en toegankelijk

Zelfregie

- Efficiënt
- Gemakkelijk en direct
- Zelfregie
- Passend(er) qua tijd (& tarief)



persoonlijke groei, collectieve kracht

Oog voor werk(veld)

- Organisatiebewuste coaches
- Écht voor iedereen
- Afgestemd op werk(druk)
- Vertrouwen krijgen



frequent; stap voor stap vooruit

Coachforward

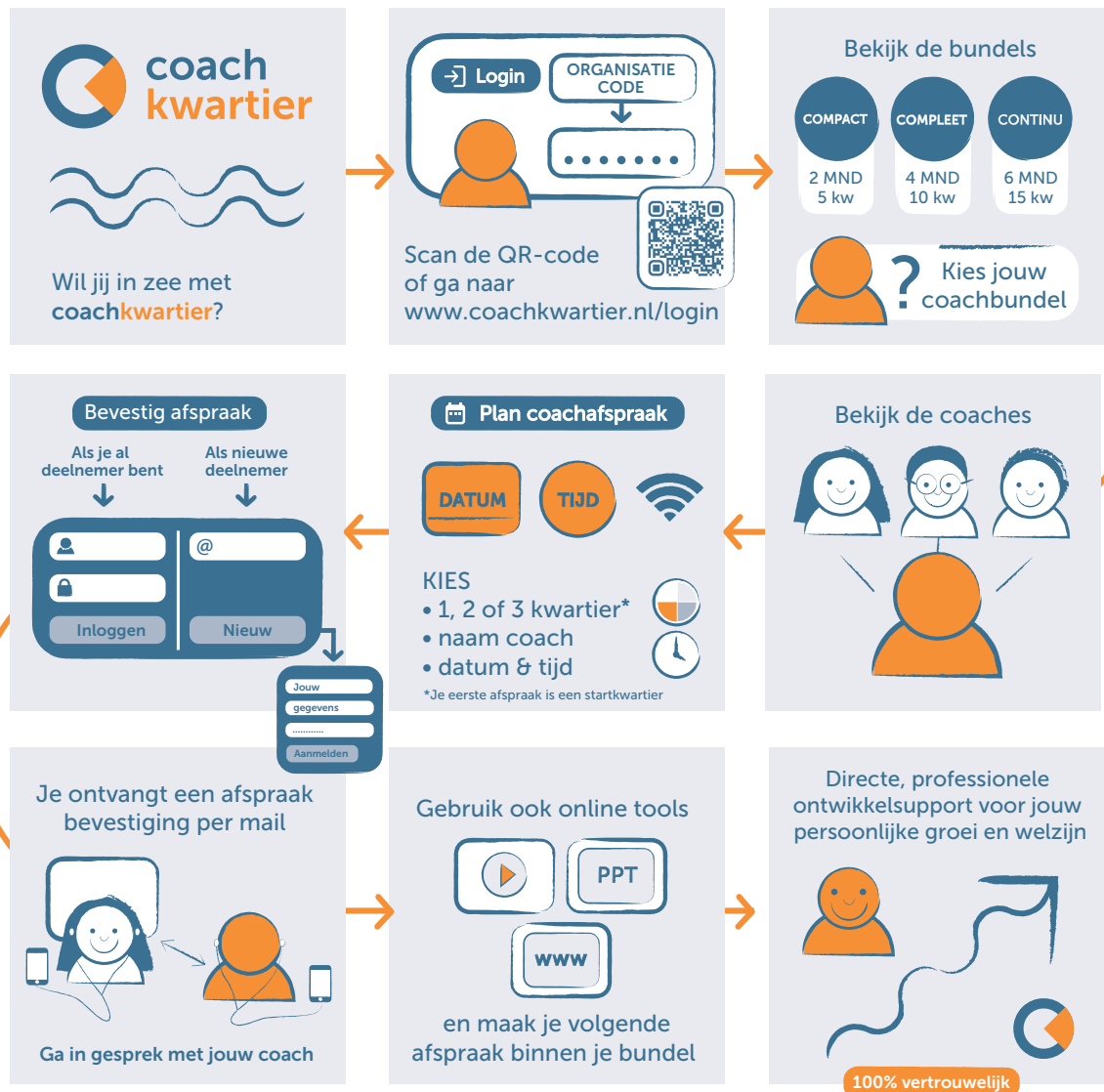
- Waarderend, geconcentreerd
- No-nonsens en to the point
- Vertragend of juist versnellend
- Selfefficacy, tot in vezels

‘Just in time, close to the job’

Welkom bij Coachkwartier. Gun jezelf groei!

1 Essentie & thema's | 2 Praktijk & werkwijze

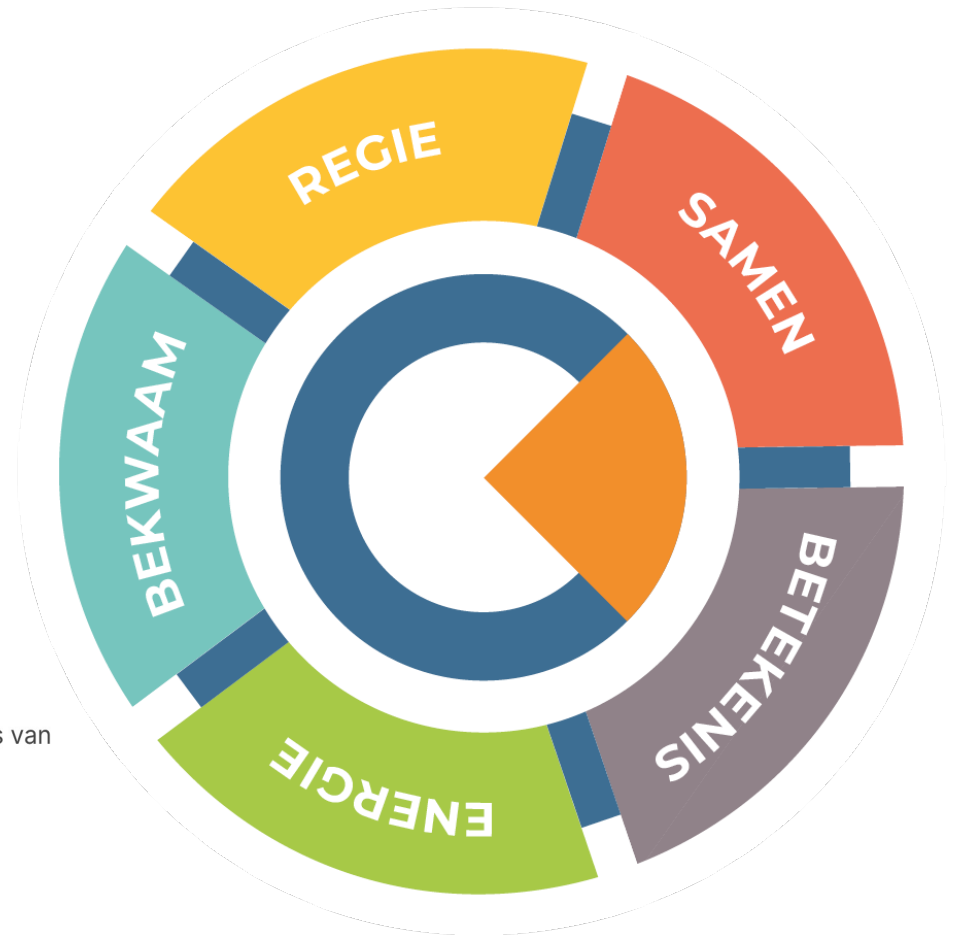




Gebruik onze Toegangscode

Denk bijvoorbeeld aan:

- Hoe houd ik **balans** in mijn werk (en privé)?
- Hoe werk ik zelfbewust en vanuit **zelfvertrouwen**?
- Hoe blijf ik werken met **plezier en energie**?
- Hoe ontwikkelt mijn **loopbaan** zich? Wat kan een volgende stap zijn?
- Hoe ga ik om met **gedrag van anderen** (collega, ouder) dat ik als lastig ervaar?
- Hoe **communiceer** ik effectiever?
- Hoe draag ik bij aan de **samenwerking** van ons team?
- Hoe herken ik **mijn grenzen** en hoe geef ik deze aan?
- Hoe ga ik om met **levensgebeurtenissen** zoals gezinsuitbreiding, mantelzorg en verlies van naasten?



Coach Bundels

Een handige manier om de indeling en investering van jouw ontwikkelsupport te kiezen.



Bundel Compact

Ontwikkelgericht sparren.
De vraag die je jezelf nog niet stelde.
Eerste hulp bij structureren en verwoorden.
Of, gewoon even aandacht voor jou en je situatie.



Saldo 5 kwartier
Geldig 2 maanden
Aantal gesprekken # 2-5 | à 15 - 45 minuten

Bundel Compleet

Werk, vanuit een intake, stap voor stap aan praktijk- en doelgerichte inzichten, handvatten en ervaringen. Een volwaardig coachtraject.



Saldo 10 kwartier
Geldig 4 maanden
Aantal gesprekken # 4 - 8 | à 15 - 45 minuten

Bundel Continu

Een half jaar continue support bij de stappen die je zet, de hindernissen die je tegenkomt.
Grondig verankeren van je resultaat.



Saldo 15 kwartier
Geldig 6 maanden
Aantal gesprekken # 5 - 10 | à 15-45 minuten

VOORBEELD COACHES | Bekijk beschikbare coaches op jullie login

Jouw coaches



Coach Nine Logt



Coach Miriam Hafkemeijer



Coach Freda de Goed



Coachingsacteur Joyce Egelman

Iedere coach is

- Geselecteerd en ingewerkt
- Senior en all-round
- Je vraag is in goede handen, kies op basis van de introfilmpjes op jullie portal de coach met wie jij de klik verwacht
- Check ook hun beschikbaarheid!



Gebruik jullie organisatiecode
www.coachkwartier.nl/login

Start op eigen initiatief, waar en wanneer het jou past!



Plan een afspraak

Selecteer type afspraak en coach

Kies afspraaktype

Kies coach

Kies hier de datum voor jouw afspraak.

maart 2026 »

ma	di	wo	do	vr	za	zo
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Kies een tijdstip. Je ontvangt een bevestiging per mail met de praktische gegevens over jouw afspraak.

Beschikbare tijden op dinsdag 10 maart

16:30

16:45

17:00

VANAF NU
IN TE
PLANNEN!

Contact

Coachkwartier

06 20152151

info@coachkwartier.nl

