

KOERSKAART

# duurzame inzetbaarheid



120 MIN | 3-9 

# 1<sup>o</sup> Start

 5 min



**LEES HARDOP VOOR:** Hoe blijf je goed, gezond en met plezier aan het werk? Het is belangrijk om af en toe stil te staan bij dit soort vragen. Dit vergroot jouw duurzame inzetbaarheid.

Met deze KoersKaart® gaan jullie met elkaar in dialoog over werk en toekomst, door je wensen en behoeften met elkaar te delen en elkaar te ondersteunen.

**Wie wordt de Tijdbewaker?** Jij bewaakt de speelduur (2 uur) én de tijd bij elke vraag.



 **NOTEER IN DE VAKKEN**

**Wie wordt de Doorvrager?** Jij vraagt kritisch door waar anderen stoppen.



 **EN WAT HIER WORDT BESPROKEN, BLIJFT HIER!**

# 2/9 Kennismaken

 15 min

Naam of  
Initialen

Wat wilde je worden  
toen je **klein** was?

Wat doe je **nu**?

En wat wil je worden als  
je later **groot** bent?


 STEL JE EVENTUEEL OOK AAN ELKAAR VOOR

KOERSKAART

# 3<sup>/9</sup> Inspireren

 15 min

Scan de code of ga naar [WWW.KOERSKAART.COM/DI](http://WWW.KOERSKAART.COM/DI)  
om met elkaar het filmpje te bekijken.



Welke boodschap haal jij  
er uit voor **jezelf**?

Welke boodschap haal jij  
er uit voor jouw **organisatie**?

# 4/9 Ideale rol

 **20 min**

 **DOORVRAGER: VRAAG GOED DOOR!**

<i>Naam of Initialen</i>	Voor welke <b>rol</b> móeten ze jou vragen als deze zich aandient?	Welke twee aspecten van deze rol spreken jou het meest aan?	
		<b>Aspect 1</b>	<b>Aspect 2</b>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

# 5<sup>1/9</sup> Keerpunt

 10 min

Jullie zijn halverwege! Lees eerst onderstaande vragen door en neem daarna een pauze als de tijd dit toelaat.

**Blik terug:** Wat waarderen jullie aan de eerste helft van het gesprek?

**Blik vooruit:** Wat spreken jullie af om de tweede helft goed af te ronden?

 VERDEEL EVENTUEEL DE ROLLEN VAN VRAAG 1 OPNIEUW



KOERSKAART

# 6<sup>1/9</sup> Inspelen

 20 min

Werk en organisaties veranderen voortdurend. Al die veranderingen maken het steeds belangrijker om ook naar je eigen ontwikkeling te kijken. Daarom moet je er voor zorgen dat je competent, gezond en gemotiveerd aan het werk bent en kunt blijven.

Er zijn drie grote ontwikkelingen gaande op het werk. **Met welke van de ontwikkelingen heb jij in jouw werk te maken?**

**A** **Technologie** ontwikkelt zich razendsnel. Daardoor presteren organisaties steeds beter en verandert werk continu.

Turf alle spelers:

**B** We leven steeds langer en dus werken we tot op steeds hogere **leeftijd** door.

Turf alle spelers:

**C** Werk is steeds vaker **flexibel**: van functies naar rollen, minder vaste en meer tijdelijke contracten, meer freelancers en zelfstandigen.

Turf alle spelers:

**En hoe speel jij op elke ontwikkeling in?** Deel voorbeelden met elkaar!

# 7<sup>19</sup> Ontwikkelen

 15 min

 DOORVRAGER: VRAAG GOED DOOR!

*Naam of Initialen*

Wat wil je **nu ontwikkelen** waardoor je in de toekomst (nog steeds) fluitend naar je werk gaat?

Wat kun je **morgen al doen** om een klein begin te maken in die richting?




# 8/9 Afspreken

- DENK BIJVOORBEELD AAN:
- ✓ DEELNEMER AAN TAFEL
  - ✓ LEIDINGGEVENDE
  - ✓ COLLEGA
  - ✓ LOOPBAANADVISEUR/HR
  - ✓ ONDERNEMINGSRAAD
  - ✓ NETWERK
  - ✓ PARTNER/THUIS
  - ✓ 'DE SPIEGEL'

 15 min

Naam of Initialen

Welke **afpraak** wil jij maken die **uniek** en **specifiek** voor jou is?

En **met wie** ga je deze afspraak maken?


# 9/9 Eindpunt

 5 min

Het is gelukt, jullie zijn bij de laatste vraag aangekomen!

**Blik terug:** Hoe heb jij dit KoersKaart® gesprek beleefd?

**Blik vooruit:** Wat is de beste manier om jullie gesprek voort te zetten?

 EN WIE RAAD JIJ DIT GESPREK AAN?

**Deze KoersKaart® is jullie gespreksleider.** Speel geprint op tafel (**print&play**) of direct digitaal (**project&play**).  
Geen begeleiding of handleiding nodig, ideaal op grote schaal. Meer weten? Ga naar [KOERSKAART.COM/CHECK](https://koerskaart.com/check).

Deze KoersKaart® is ontwikkeld in co-creatie met het Ministerie van Sociale Zaken en  
Werkgelegenheid, Philips, Universiteit van Amsterdam, Factor Vijf en De Koers.