

Time Management

In deze training leer je rust in je agenda te creëren, een gezonde werk-privébalans aan te houden en in minder tijd meer resultaat te behalen.



Hoe hard je ook werkt, je agenda blijft overvol. Soms heb je het gevoel dat er te weinig uren in een dag zitten. Zou je meer grip willen hebben op je tijd? Wil je meer bereiken zonder een gehaast gevoel? In deze training leer je beter doelen stellen, plannen en heldere prioriteiten bepalen. Je krijgt inzicht in de blokkades die je hinderen in je eigen timemanagement. In deze training leg je in korte tijd de basis voor je timemanagement. Je leert rust in je agenda te creëren, een gezonde werk-privébalans aan te houden en in minder tijd meer resultaat te behalen.

Kenmerken

Studieduur	2 weken
Investering	€ 1.295,-
Aantal locaties	17

Unieke voordelen



- ✓ Veel tips en feedback op maat voor meer structuur in je werk
- ✓ Je wordt je bewust van je valkuilen
- ✓ Positieve en praktische aanpak met gelijkgestemden in een groep

Resultaat



- ✓ Je wordt je bewust van en hebt inzicht in je eigen manier van werken
- ✓ Je leert meer structuur in je werk aanbrengen en te houden
- ✓ Je kunt je eigen taken overzichtelijk maken en houden
- ✓ Je deelt je tijd beter in aan de hand van doelen en prioriteiten
- ✓ Je leert met tijdvreters omgaan
- ✓ Je beheerst de vaardigheden die nodig zijn voor effectief timemanagement
- ✓ Je werkt efficiënter met e-mail
- ✓ Je weet rust op je werkplek te creëren en werkt met meer plezier

Doelgroep



Iedereen die zijn of haar vaardigheden op het gebied van timemanagement wil verbeteren en efficiënter en meer ontspannen wil werken.

Programma



Dag 1 - Jouw time management: De basis

- Waar zit jouw time managementbehoefte?
- Succesfactoren om jouw doelen ook daadwerkelijk te halen
- Vergroot je invloed door proactief te handelen
- Creëren van rust en overzicht
- Hoe bepaal je systematisch je prioriteiten?
- Verwerk jouw prioriteiten in je dagelijks handelen

Dag 2 - Jouw time management: Hoe ziet jouw tijdsbesteding eruit?

- Time to win: Waar zit jouw tijdswinst?
- Hoe ziet jouw perfecte werkdag eruit?
- Handelen in lijn met je prioriteiten door ook nee te zeggen
- Stress: hoe herken je de signalen en hoe ga je er goed mee om?

Studiewijze



Intake

Voorafgaand aan de training vul je een schriftelijk intakeformulier in waarin je een aantal vragen beantwoordt gericht op jouw persoonlijke situatie. Deze vragen helpen je om jouw ontwikkeldoel helder te omschrijven.

Ervaren trainers

Een ervaren trainer begeleidt de klassikale bijeenkomsten waarbij jouw leerbehoefte centraal staat. Je trainer is een expert, maar bovenal je persoonlijke coach.

Bijeenkomsten

Je leert tijdens de bijeenkomsten op aansprekende en interactieve wijze timemanagement in je praktijk te brengen.

Online leeromgeving

Naast de interactieve klassikale dagen werk je met de rijke online leeromgeving die je ondersteunt in het leerproces en je helpt om de bijeenkomsten effectief voor te bereiden. Na de training houd je één jaar toegang tot al het online materiaal ter verdieping en naslagwerk.

Persoonlijk actieplan

Ter afsluiting van de training stel je een persoonlijk actieplan op, dat je ondersteunt bij het toepassen van het geleerde in je dagelijkse praktijk.

ICM-certificaat

Heb je de gehele training gevolgd, dan ontvang je het ICM-certificaat.

Plaats & data



De training is van 9:30 tot 17:00 en omvat 2 bijeenkomsten, waarbij je rekening dient te houden met ongeveer 4 uur voorbereiding per trainingsdag. Tevens is deze training volledig online te volgen via de Virtual Classroom.

Volg je liever een langer en intensiever traject om meer borging van het aangeleerde gedrag te garanderen? Bekijk dan de training [Time Management in 4 maanden](#).

De opleiding wordt gegeven in mei 2026, juni 2026, augustus 2026, september 2026, november 2026, januari 2027, maart 2027, mei 2027, juni 2027, juli 2027, september 2027 en oktober 2027.

Je kunt kiezen uit de volgende locaties, dagen en dagdelen:

Online Virtual Classroom	Dag: dinsdag, donderdag, maandag, vrijdag of woensdag
Alkmaar	Dag: vrijdag, woensdag of dinsdag
Amsterdam	Dag: donderdag, dinsdag, vrijdag, woensdag of maandag
Apeldoorn	Dag: vrijdag, dinsdag of woensdag
Arnhem	Dag: donderdag, vrijdag, maandag, woensdag of dinsdag
Breda	Dag: vrijdag, woensdag, dinsdag, maandag of donderdag
Den Bosch	Dag: maandag, dinsdag, vrijdag, donderdag of woensdag
Den Haag	Dag: maandag, vrijdag, woensdag, dinsdag of donderdag
Eindhoven	Dag: vrijdag, woensdag, dinsdag, donderdag of maandag
Enschede	Dag: vrijdag, dinsdag of woensdag
Groningen	Dag: maandag, dinsdag, vrijdag, woensdag of donderdag
Heerenveen	Dag: vrijdag, dinsdag of woensdag
Maastricht	Dag: vrijdag, dinsdag of woensdag
Roermond	Dag: vrijdag, woensdag of dinsdag
Rotterdam	Dag: vrijdag, donderdag, maandag, woensdag of dinsdag
Utrecht	Dag: donderdag, dinsdag, vrijdag, maandag of woensdag
Zwolle	Dag: dinsdag, maandag, vrijdag, donderdag of woensdag

Investing



De investering bedraagt € 1.295,-.

Dit bedrag is excl. € 57,50 per dag voor het dagarrangement of € 25,00 per avond voor het avondarrangement. Dit zijn kosten voor het gebruik van de accommodatie, koffie/thee/frisdrank en (bij het dagarrangement) een uitgebreide lunch. Voor online bijeenkomsten rekenen we uiteraard geen arrangementskosten.

Btw

De totale investering is excl. btw. Vrijstelling van btw is mogelijk. Je betaalt in dat geval 10% bovenop de investeringsprijs.

[Meer informatie](#)

Financiering

Voor zowel werkgevers als particulieren zijn er voor het volgen van scholing diverse financieringsmogelijkheden en subsidies.

[Meer informatie](#)

Mogelijkheden vanuit je werkgever

Veel werkgevers hebben een opleidingsbudget waarmee medewerkers zich kunnen ontwikkelen en kunnen doorgroeien in hun carrière. Je kunt nagaan wat de mogelijkheden zijn binnen jouw organisatie door je arbeidsvoorwaarden erop na te slaan of door dit na te vragen bij je leidinggevende of HR.

Factuur

De factuur van deze cursus wordt na de eerste bijeenkomst verstuurd. Wil je de factuur eerder ontvangen? Je kunt dit aangeven in het opmerkingenveld bij jouw inschrijving.

Studiewijze Virtual Classroom

Wanneer je deze cursus volgt in de Virtual Classroom dan geldt [deze studiewijze](#).

Incompany

Deze cursus biedt ICM ook [incompany](#) aan, voor maatwerk in jouw organisatie.

Advies



Voor meer informatie en inschrijving kijk op:

<https://www.icm.nl/opleidingen-en-trainingen/persoonlijke-effectiviteit/time-management/>

Of bel 030 - 29 19 888 voor persoonlijk studieadvies.