

Het bureau Take Charge!

Martine Timmermans startte in 2007 haar bureau Take Charge! Uit eigen ervaring weet ze hoe het is om veel ballen tegelijk in de lucht te houden; met drie kinderen en een uitdagende carrière liep ze op meerdere vlakken tegen haar grenzen aan. Na een burn-out besloot ze het roer om te gooien en haar hart te volgen: een eigen coachings- en trainingsbureau, met expertise in de gezondheidszorg. Ze heeft meer dan vijftien jaar ervaring in het coachen, begeleiden en trainen van individuen en teams.

Martine maakt onderdeel uit van een uitgebreid netwerk van coaches en trainers met wie ze samenwerkt. Daarnaast is ze aangesloten bij de NOBCO (Nederlandse Orde van Beroepscoaches), de Stichting Counselling, de VNVA (Vereniging van Nederlandse Vrouwelijke Artsen) en het Carrièrecentrum voor Artsen, en is geregistreerd StIR -teamcoach.

The background of the right side of the flyer is a photograph of a sun-dappled forest path. A person wearing a grey coat, blue jeans, and a green beanie is captured mid-jump with their arms outstretched, jumping over a small stream. The path is covered in fallen leaves, and the trees are lush and green.

Je kunt een probleem niet
oplossen vanuit hetzelfde
soort denken dat tot het
probleem heeft geleid'

- Einstein

Take Charge! Lange Brinkweg 20 ■ 3764 AD Soest
06-20 14 09 04 ■ info@take-charge.nl ■ www.take-charge.nl

Take Charge in de Zorg!

Take Charge in de Zorg!

Take Charge! is gespecialiseerd in de doelgroep AIOS (Artsen in Opleiding tot Specialist) en specialisten. In het Kaderbesluit uit 2009 stelt het CCMS (Centraal College Medisch Specialismen) nieuwe algemene eisen aan de opleiding van medisch specialisten bij de vorming en ontwikkeling. Het accent in de opleiding nieuwe stijl ligt op vaardigheden en competenties. Ook specialisten worden hier meer en meer op beoordeeld en afgerekend. Take Charge! biedt zowel groeps- als individuele begeleiding en training aan, die AIOS helpen bij de vorming van algemene gedragsgerelateerde competenties (CanMEDS), zoals communiceren, samenwerken, organiseren en leidinggeven.

Daarnaast biedt Take Charge! begeleiding en training aan op het gebied van work/life-balans, loopbaanvraagstukken en conflictbemiddeling.

Begeleiding AIOS

De periode dat artsen een opleiding tot medisch specialist volgen, is een uiterst leerzame levensfase vol persoonlijke uitdagingen en voldoening. Ze zijn gemotiveerd en vol idealen. Maar het blijkt ook een heel stressvolle periode te zijn. AIOS hebben lange werkdagen en onregelmatige dag- en nachtdiensten, en ze moeten veel opleidingsactiviteiten volgen; hun autonomie is beperkt. Voor veel AIOS is ook de thuis-situatie veeleisend, met vaak een werkende partner en (de komst van) jonge kinderen. Uit onderzoek blijkt dat maar liefst 20% van de AIOS voldoet aan de criteria van een burn-out.

Begeleiding specialisten

Naast de AIOS begeleidt Take Charge! ook de (para-)medisch specialist. De toegenomen druk is tevens van toepassing op de huidige specialist. De patiëntenzorg, de lange dagen en diensten, en vaak in het weekend nog de administratie en voorbereiding voor de nieuwe week vragen veel. De bevoegdheid voor het vak is dan soms niet meer genoeg om het leuk te blijven vinden en het werk optimaal te blijven doen.

Het aanbod van Take Charge!

Naast individuele coaching biedt Take Charge! meer diensten op maat aan die aansluiten bij de vraagstukken in de (para-)medische sector:

- Individuele coaching
- Teamcoaching (maatschappen en vakgroepen)
- Intervisiebegeleiding
- Training en workshops op het gebied van timemanagement, vitaliteit, presenteren, conflictantering, persoonlijke effectiviteit en solliciteren.

