


**Verandering
op je werk...**
Wat doe jij
ermee?



oomt



Je werkt in de mobiliteitsbranche. Dan kan je loopbaan zo nu en dan een onderhoudsbeurt gebruiken. Want zelfs als je baan bevalt, is er vaak wel iets wat je wilt veranderen. Iets wat je graag zou willen. Wat je werk leuker of interessanter maakt. En vaak is veranderen ook gewoon nodig. Om mee te gaan met de tijd en bij te blijven in je vak.

Waar gaat het dan over?

- 'Ik wil storingen uitlezen, net als mijn collega.'
- 'Ik doe zwaar lichamelijk werk. Hoe kan ik dit volhouden?'
- 'Hoe kan ik beter omgaan met de hoge werkdruk?'
- 'Hoe zorg ik ervoor dat ik mijn werk over 5 of 10 jaar nog steeds kan blijven doen?'
- 'Specialist in e-bikes worden, dat zie ik wel zitten!'
- 'Meer afwisseling in mijn werk, dat maakt me enthousiast.'
- 'Ik wil praten over de veranderingen in mijn baan. Hoe pak ik dit goed aan?'
- 'Hoe kan ik me blijven ontwikkelen in mijn werk?'

Zijn dit vragen die je herkent?

Kom dan in actie! Bespreek het met je leidinggevende. Of bel een coach via onze Servicedesk op **0800 0155** of mail naar servicedesk@oomt.nl

Een coach, voor mij?

Inderdaad, een coach is er ook voor jou. Je hoeft geen ingewikkelde vraag te hebben om een coach in te schakelen. Als jij wil veranderen op je werk, dan kun je bellen. Ze gaan met jou in gesprek over je eigen ontwikkeling, hoe je ervoor kunt zorgen dat je met plezier naar je werkt blijft gaan en hoe je de balans tussen werk en privé kunt bewaren. Maar ook kun je met hen bespreken hoe je vitaal blijft of bijvoorbeeld kunt re-integreren na ziekte of arbeidsongeschiktheid.



Wat doet een coach voor mij?

Een coach helpt jou om zaken op een rij te zetten.

Wat wil je veranderen?



Wat kun je zelf doen?



Wat heb je nodig?

Je maakt samen met de coach een actieplan. Met dat plan ga je zelf aan de slag. Om te bereiken wat je wilt. De coaches zijn gespecialiseerd in de mobiliteitsbranche. Het zijn praktijkgerichte en ervaren coaches die concrete tips en adviezen geven. Hiermee boek je snel resultaat.



Wat houdt een coachingstraject in?

Coaching kost je niets, als je werkgever is aangesloten bij OOMT. De coach kan dit voor jou nagaan. En: coaching is vertrouwelijk. Je werkgever hoeft er niets over te weten als jij dat niet wilt.

Wat houdt een loopbaantraject in?

1

Je wilt iets veranderen op je werk. Bijvoorbeeld meer (technische) kennis krijgen, doorgroeien naar een andere functie of meer plezier in je werk krijgen.

2

Stuur een mail naar servicedesk@oomt.nl of bel voor een afspraak **0800 0155**.

3

Een coach neemt contact met je op om een afspraak met je te maken.

4

Jij geeft aan wat je wil veranderen op je werk. De coach denkt met je mee. Misschien zijn er nog dingen waar je niet aan hebt gedacht. Met hulp van de coach bepaal jij jouw doel.

5

Je maakt samen een actieplan waarin staat welke stappen je gaat nemen.

6

Het actieplan is klaar. Je gaat aan de slag. Je werkt in vijf tot tien sessies toe naar je doel, onder begeleiding van je coach.

7

De coach neemt later nog contact op om te kijken hoe het gaat en of je nog vragen hebt.

Twee praktijkvoorbeelden

Raymond (32) is technisch inkoper. Hij werkt in een truckbedrijf. Hij vraagt zich af of hij nog kan doorgroeien. Wat is verstandig? Solliciteren of zekerheid? Raymond heeft net een dochtertje van 2 jaar. Als hij wacht met solliciteren, is hij straks dan te oud? Raymond belt een coach.

Kees (52) werkt bij een dealerbedrijf en doet al jaren de onderhoudsbeurten en mechanische reparaties. Zijn collega Jan is APK Keurmeester. Kees zou dat ook wel willen zijn, maar is hij niet te oud? Heeft het nog zin om de opleiding te doen? Kees belt een coach.



Maak een afspraak!

Je kennis opfrissen met een training of workshop, doorgroeien, andere taken doen, meer plezier in je werk krijgen, nieuwe technieken leren op jouw manier en in jouw tempo, online verkopen, beter omgaan met hoge werkdruk, je talent ontdekken. Voor dit en nog veel meer kun je terecht bij een OOMT-coach.

Mail onze Servicedesk via servicedesk@oomt.nl of neem telefonisch contact met ons op.

 **0800 0155**



OOMT is een samenwerking tussen:



Dit project is mede tot stand gekomen met financiering door het Europees Sociaal Fonds.