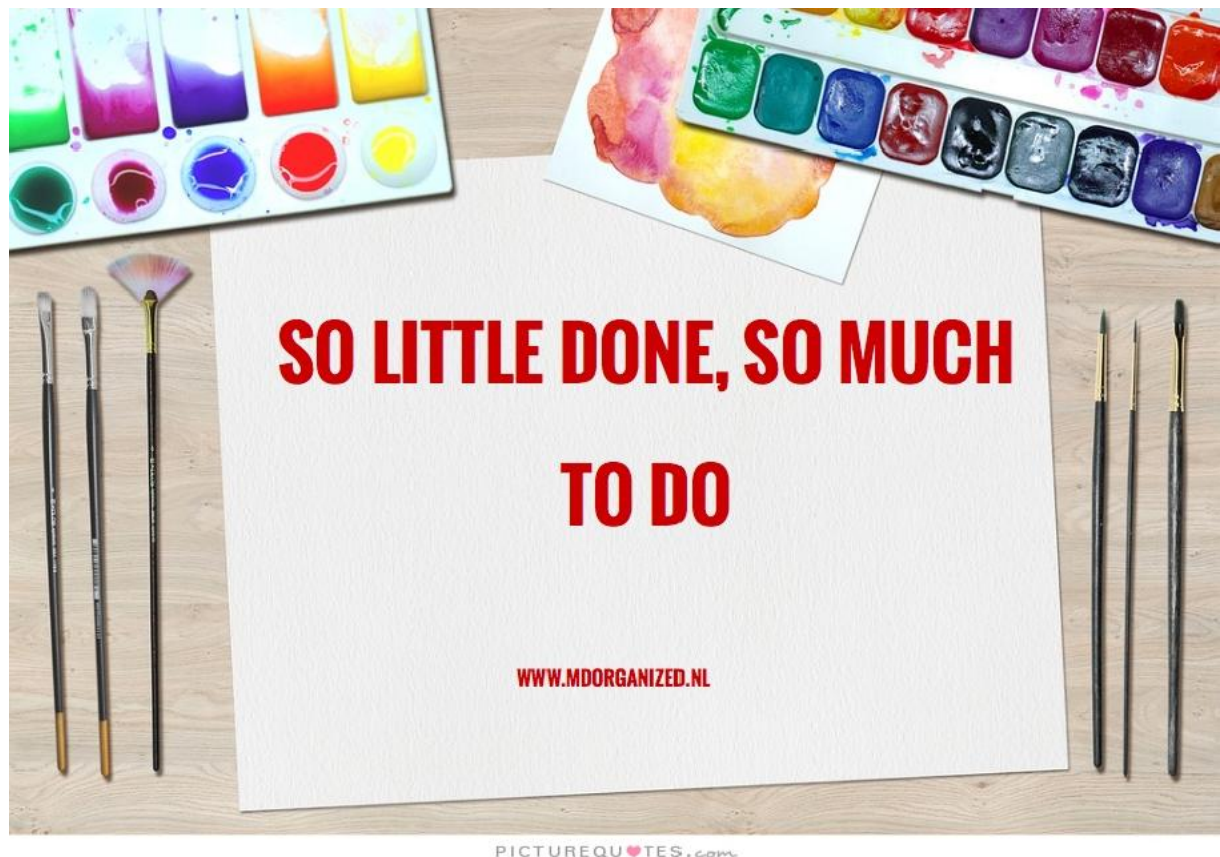


De 40 meest inspirerende en tijdbesparende quotes



PICTUREQUOTES.COM

www.mdorganized.nl/category/tips-time-management

Praktisch

“Gebruik je tijd verstandig, blijf zelf de baas ervan, kies voor het hier en nu, stel je leven niet uit tot later (Seneca, Romeins filosoof)”

“Niets is tijdverlies, als je van de dag geniet.”

“Maak je eigen dagorde. Een afwisselend dagritme van werk en momenten van pauze geeft rust en ruimte (Uit: Eerste Hulp Bij Kloosterbezoek, Jan-Willem Wits).”

“Start je dag met planning, niet met e-mail”

“De bekende tip van max 2-4 per dag je mail checken, geldt natuurlijk ook voor je smartphone.”

“Maak een keuze welke richting je op wilt en zet door op dit gekozen pad.”

“Rotklussen moeten nu eenmaal ook gebeuren, dus plan ze in!”

“Het leven is voor 10% wat je ervan maakt en 90% hoe je het neemt (Irving Berlin, componist).”

“Voor perfectionisten: laat los, doe wat minder je best! Voor de gemakzuchtigen: doe een keer je uiterste best en kijk wat dat je brengt!”

“Zeg gewoon eens vaker nee tegen dingen die er niet toe doen”

“Iets goed doen is nooit verkeerd” (Uit de film: The Intern)

“Gebruik je hoofd om over dingen na te denken in plaats van aan dingen te denken” (David Allen)

“Je grootste vijand ben je zelf”

“Perfectie nastreven is het leven afwijzen (Marion Woodman)”

“Geheugensteuntje voor je to do lijst: direct doen, delegeren, uitstellen, weggooien” (David Allen)

“De basis voor het scheppen van orde is een grote vuilnisbak”

“Scheep orde voordat er chaos is.”

“Het tempo van je bewegingen houdt direct verband met hoe je je voelt. Vertraag je bewegingen, ontspan je gebaren en je gezichtsuitdrukking en voor je het weet ben je ontspannen.”

“Deadlines veroorzaken stress. Neem steeds maar 1 deadline tegelijk op je en je zult de baas worden over je eigen tijd.”

“In tegenstelling tot wat je jezelf wijsmaakt, heb je alle tijd van de wereld om te doen wat je wilt doen. Past het niet in je dag, dan ben je ook niet in staat het te doen - zet het dan uit je hoofd.”

“Het niet bereiken van je doelen ligt niet aan de doelen, maar aan het gebrek aan de juiste acties om ze te bereiken

“Is je hoofd een warboel van gedachten, ga dan 5 minuten liggen met je benen omhoog tegen de muur. Klinkt misschien raar, maar het doet wonderen!”

“Verdeel een lange takenlijst in hapklare brokken. Per dag 3 taken en de bijbehorende acties (bellen, mailen).”

“Stress betekent vaak dat je ademhaling oppervlakkig is. Haal 5-10 keer diep adem: 3 tellen in en 7 uit.”

“Sommige mensen hebben per dag zoveel onderbrekingen dat zij aan werken niet meer toekomen. Win minimaal 2 uur per dag door onderbrekingen te vermijden.”

“De tijd vliegt, maar jij bent de piloot. Maak daarom een planning en krijg meer gedaan.”

“Maak aan het einde van de middag een planning voor de volgende dag. Want als je niet weet wat je morgen moet doen, hoe weet je dan wanneer je klaar bent met je werk?”

“Wat voor een lange autorit telt, telt ook voor werk: 2 uur rijden een kwartier rust wordt dan 2 uur werken 10 minuten rust. Waarom? Je prestaties worden beter als je met nieuwe energie aan de slag gaat!”

“Multitasken betekent veel dingen slecht doen en dat allemaal tegelijk. Focus op 1 ding tegelijk. Zo vermijd je het maken van fouten.”

Spiritueel

“Alles kan een mens worden afgenomen, maar 1 ding niet, de laatste van onze vrijheden, de vrijheid om te kiezen hoe je met een situatie omgaat, de vrijheid om je eigen houding daarin te bepalen (Victor Frankl, Auschwitz)”

“Wat je gelooft, ervaar je”

“Als je de sleutel niet zoekt, kun je de deur ook niet openmaken”

“Onderweg zijn is ook ergens (richt je niet alleen op het doel, maar ook op de weg ernaar toe)”

“Het leven bestaat uit die dingen waar jij je aandacht op richt” (P.W. Emerson)

“Als je even stilstaat, kun je de keuze maken die voor jou op dat moment het beste is”

“Als wij de tijd niet maken, wie maakt de tijd dan wel?” (Herman Finkers)

“Time is neither friend nor enemy, it’s just a measurement” (Mike Dolan). “Tijd is vriend noch vijand, het is slechts een meetinstrument”

“De dingen gaan niet beter als je je zorgen maakt”

“Doe vandaag iets waar je toekomstige ik je dankbaar voor zal zijn”

“Vrijheid is niet alles kunnen wat je maar wilt, maar juist alleen dat te willen wat je kunt.”