

# NESTWERK

Verbinding – groei - impact.

## Wie of wat is NESTWERK?

NESTWERK biedt jou verbinding met gelijkgestemde professionals en inspirerende coaching. Samen reflecteer je op wezenlijke thema's zodat je groeit - professioneel en persoonlijk - en meer impact bereikt in jouw missie(s).



Wij zijn Monique Evers en Sandra Meijer. We hebben beide al jaren vele professionals ondersteund in het bereiken van hun doelen. Daarnaast hebben we beiden ook ruime werkervaring in diverse organisaties. We zijn zelf altijd op zoek hoe we onze eigen impact kunnen vergroten. In ons werk als (executive) coach merken we dat veel executives en managers weinig 'veilige' en waardevolle sparringpartners hebben om kennis mee te delen en elkaar te versterken. Dit geldt ook voor andere professionals die in een complex veld werken en druk ervaren. Vanuit deze ervaring is het idee geboren om gelijkgestemde professionals bijeen te brengen.

Met NESTWERK bouwen we aan een netwerk gebaseerd op verbinding, steun, ontwikkeling en impact. Geen oppervlakkig netwerk, maar een stevige groep professionals met de gezamenlijke ambitie om te leren, elkaar te spiegelen, ideeën uit te wisselen en samen te groeien. Nestwerk is daarmee een initiatief waar wij zelf graag aan hadden willen deelnemen – en die we nu met overtuiging en passie vormgeven voor anderen.



We starten NESTWERK voor twee verschillende doelgroepen:

1. Vrouwelijke leiders > NESTWERK Leading Ladies
2. HR managers > NESTWERK HR Leaders

## Opzet

Elke NESTWERK editie bestaat uit een vaste groep van 6–10 deelnemers, die gedurende een jaar **6 keer** een dagdeel samenkomt. Onder begeleiding van Monique en Sandra worden thema's behandeld die raken aan zowel het persoonlijke als het professionele leiderschap.

Elke bijeenkomst biedt:

- een prettige en ontspannen start
- een relevant inhoudelijk thema of oefening
- collegiaal sparren en casuïstiekbespreking
- gezamenlijke reflectie en integratie.

Daarnaast is er elke bijeenkomst een inhoudelijk thema:

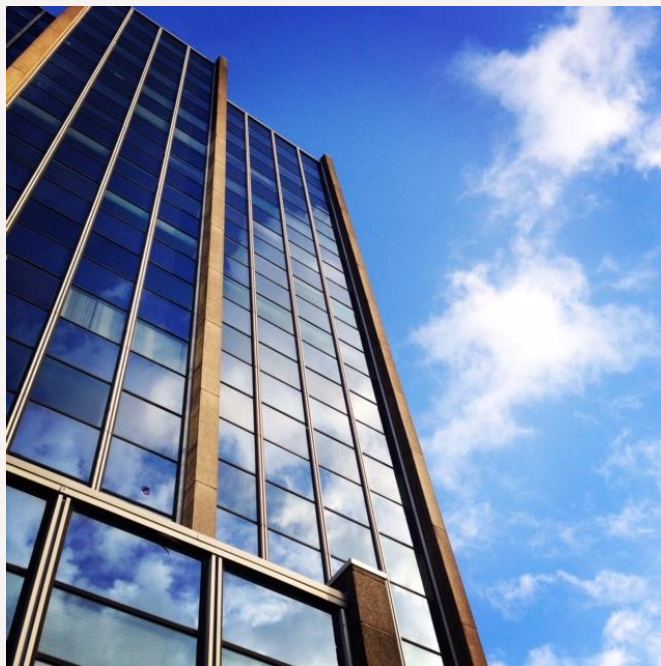
1. Verbinding
  2. Jij in jouw professionele context
  3. Persoonlijk leiderschap; je interne systeem
  4. Ervaringsgericht leren; op expeditie
  5. Tegenstellingen en feedback; jouw leiderschap in actie
  6. Jouw missie & koers
- Zie ook de uitgebreide omschrijving van de thema's!
  - Uiteraard zal de inhoud op de specifieke wensen van de deelnemers worden afgestemd.

## Waarom kies je voor NESTWERK?

- Een betrouwbaar netwerk van gelijkgestemden voor sparring en support
- Deskundige begeleiding door senior coaches met (wetenschappelijke) kennis, ruime praktijk- en werkervaring, humor en toegerust met de nodige levenslessen
- Meer zelfinzicht, een helder kompas en stevigheid in je rol
- Sterkere verbinding tussen je persoonlijke missie en je professioneel handelen

## Praktische Info:

- **Groep:** 6–10 deelnemers
  - **Start:** januari/februari 2026
  - **Frequentie:** eens per 2 maanden, op donderdagen van 15.30-18.30 uur
  - **Locatie:** NEST Amstelveen – Laan van Kronenburg 14. Of een andere goed bereikbare locatie in regio Amsterdam. Bijeenkomst 4 vindt plaats op een externe locatie. NB indien nodig wordt een meer centrale locatie gezocht.
  - **Investering:** € 2.150,-(\*) ex. BTW voor een jaar. Dit is inclusief
    - een persoonlijke intake met een van de executive coaches
    - 6 bijeenkomsten van 3 uur, onder leiding van 2 executive coaches
    - fijne locatie met prettige verzorging
    - alle tools en materialen van de bijeenkomsten
- (\*) Voor de editie ‘Leading ladies’ bedraagt de investering € 2.350,- excl. BTW en is het online leerprogramma ‘Vrouwelijk Leiderschap’ inclusief.
- **Contactgegevens:**
    - Sandra Meijer: mail [vraaghet@sandrameijer.nl](mailto:vraaghet@sandrameijer.nl), telnr. 06-51181745
    - Monique Evers: mail [monique@femcompany.nl](mailto:monique@femcompany.nl), telnr. 06-53631182



De locatie Nest in Amstelveen

## Thema's toegelicht

### 1. Start van de verbinding

- Deelnemers leren elkaar en de coaches kennen
- Creëren van een veilige, ondersteunende leeromgeving
- Uitdiepen thema verbinding
- Scherpstellen persoonlijke en gezamenlijke doelen

### 2. Jij in je externe context

- Analyse van jouw positie ten opzichte van interne en externe stakeholders
- Bespreken van gewenste veranderingen in dynamiek, verhoudingen en impact
- Ophalen van input en bepalen vervolgstappen.

### 3. Je interne systeem

- Verdiept inzicht in eigen kracht en voorkeuren
- Herkennen van patronen, triggers en valkuilen.
- Bepalen persoonlijk actieplan met feedback deelnemers

### 4. Op expeditie – ervaringsgericht leiderschap – met inzet van paarden

- Onder deskundige begeleiding ervaart iedere deelnemer een individuele sessie, waarin geoefend wordt met (persoonlijk) leiderschap in contact met het paard.
- Leren van elkaars ervaringen en observaties.

### 5. Jouw leiderschap in actie

- Analyse van eigen stijl en het effect daarvan op anderen.
- Experimenteren met het tegenovergestelde gedragspatroon.
- Leren van kritische feedback en perspectieven van anderen.

### 6. Jouw missie & koers

- Delen en aanscherpen persoonlijke en professionele missie.
- Bepalen van wat nodig is om deze missie voluit te leven.
- Afronding met reflectie op de leerreis en volgende stappen.

## NESTWERK – editie Leading Ladies

Deze editie is exclusief voor vrouwelijke leiders – van directeuren tot senior managers – die werken in complexe, veeleisende omgevingen. In deze veilige en inspirerende setting ontmoet je andere krachtige vrouwen, reflecteer je op je eigen leiderschap en versterk je je innerlijke kompas.

De zes bijeenkomsten volgen het overkoepelende programma, maar leggen extra nadruk op:

- Het doorbreken van rolpatronen en maatschappelijke verwachtingen;
- Vrouwelijk leiderschap als krachtbron;
- Onderlinge steun en netwerken buiten de formele structuren.

---

## NESTWERK – editie HR Leaders

Deze editie is speciaal voor HR-managers, directeuren (of vergelijkbaar), die schakelen tussen het beïnvloeden van cultuur en strategie, het leiden van de eigen afdeling, de eigen projecten en alle taken en verantwoordelijkheden privé.

De zes bijeenkomsten volgen het overkoepelende programma, maar leggen extra nadruk op:

- Beïnvloeding van de verschillende stakeholders en partijen;
- Vinden en bewaken van een gezonde balans;
- Praktisch toepasbare tools en inzichten voor de dynamische HR praktijk.

We willen het concept van NESTWERK bij voldoende vraag graag ook aanbieden voor andere geïnteresseerde doelgroepen. Denk aan:

- Leading Ladies voor directeur-eigenaren
- Professionals die een burnout of ernstige ziekte achter de rug hebben (m/v/x)
- Begeleiding voor incompany groepen
- ....

Laat het graag weten als je hier over wilt sparren.