

De Weekend-Release Checklist

Sluit je week af met rust. Open maandag met focus.

Ik weet als geen ander hoe het is. Je trekt de deur van je kantoor achter je dicht, maar in je hoofd draait het roostersysteem stiekem nog even door. Was dat lokaalconflict nou echt opgelost? Die kleine 'open eindjes' kunnen je weekend binnensluipen. Gebruik deze checklist om met een gerust hart de knop om te zetten.

Sandra Striethoult

Onafhankelijk Zermelo-specialist voor het voortgezet onderwijs
LaNexus, Heerenveen

01 Systeem-Check *De techniek op orde*

- ☐ **Back-up maken**
Sla je huidige werk op en maak een externe back-up. Niets geeft meer rust dan weten dat je werk veilig staat.
 - ☐ **Mutatie-Check**
Zijn alle dringende wijzigingen verwerkt? Zo nee: markeer ze voor maandag, maar laat ze nu los.
 - ☐ **Publicatie**
Staat het actuele rooster online voor collega's en leerlingen? Controleer de portalinstellingen één laatste keer.
-

02 Administratieve Rust *Het hoofd leeg*

- ☐ **De 'Maandag-Lijst'**
Schrijf de 3 belangrijkste taken voor maandagochtend op. Zodra het op papier staat, hoeft jij het niet meer te onthouden.
 - ☐ **Mail-beheer**
Markeer niet-kritieke mails als 'te behandelen op maandag'. Sluit je mailbox daarna volledig af.
 - ☐ **Bureau-scan**
Ruim je werkplek even op. Een leeg bureau is een leeg hoofd.
-

03 De Menselijke Maat *De verbinding*

- ☐ **Laatste check-in**
Heb je die ene collega die zich zorgen maakte over een lokaal nog even een seintje gegeven?
 - ☐ **Overdracht**
Is er een beheerder of conciërge die in het weekend iets moet weten? Stuur dan nu dat korte berichtje.
-

04 De Persoonlijke Release *De knop om*

- ☐ **Computer uit**
Niet op stand-by, maar écht uit.
- ☐ **Fysieke grens**
Trek de deur van je kantoor (of werkkamer) bewust achter je dicht.
- ☐ **Ademhaling**
Neem één minuut de tijd. Je hebt deze week weer een complexe puzzel gelegd. Wees trots op het resultaat.

CONTACT

Vragen over deze richtingwijzer of hulp nodig bij de uitvoering? Een kennismaking om te sparren is altijd gratis.

Sandra Striethoult

Onafhankelijk Zermelo-specialist voor het voortgezet onderwijs, LaNexus, Heerenveen

E-mail sandra@lanexus.nl

Telefoon [06 3801 3278](tel:0638013278)

Website www.lanexus.nl

Meer richtingwijzers en de Complete gids voor VO-scholen staan op www.lanexus.nl/kennisbank.html