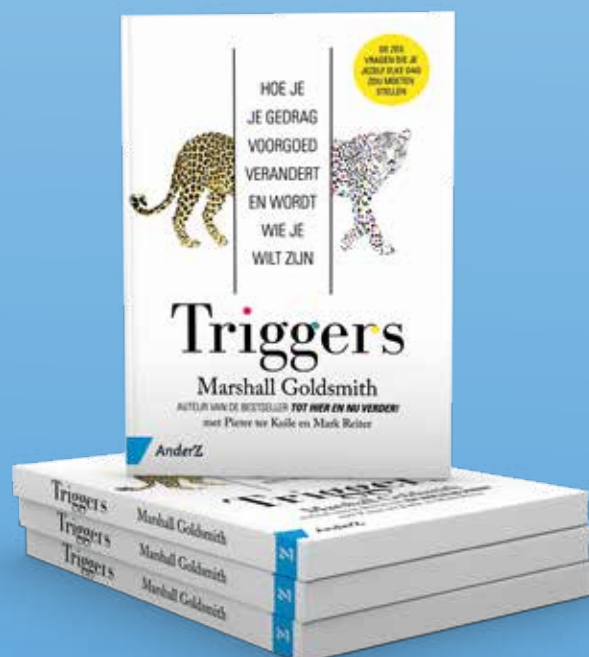
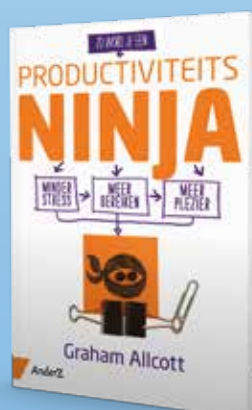


Najaar 2015

# AnderZ

Het *is* een nieuwe wereld



# “BOORDEVOL RAKE INZICHTEN OVER HOE WIJ ZIJN EN HOE WE MEER UIT ONS LEVEN KUNNEN HALEN”

– David Allen, bestsellerauteur van *Getting Things Done*



UITVOERING: **PAPERBACK**  
OMVANG: **256 PAGINA'S**  
AUTEUR: **GOLDSMITH,  
TER KUILE EN REITER**  
TWITTER: **@COACHGOLDSMITH**  
FORMAAT: **15 X 23 CM**  
ISBN: **9789462960176**  
ISBN E-BOEK: **9789462960183**  
NUR: **801,770**  
PRIJS: **€ 22,50**  
VERSCHEIJNT: **SEPTEMBER 2015**



9 789462 960176

## TRIGGERS

*Hoe je je gedrag voorgoed verandert, en wordt wie je wilt zijn*

Als je succesvol wilt zijn, is het van belang het juiste gedrag te vertonen. Maar soms doen we dingen die precies het tegenovergestelde zijn van wie we willen zijn. Laat jij je ook wel eens afleiden door je piepende telefoon terwijl je met iemand in gesprek bent, of kun je de geur van gebakken eieren met spek niet weerstaan terwijl je op dieet bent?

Volgens Marshall Goldsmith staan onze reacties niet op zichzelf, maar worden ze veroorzaakt door prikkels in onze omgeving, triggers die er altijd en overal zijn. In *Triggers* leert Goldsmith je hoe je deze externe prikkels de baas kunt blijven, en dat je een keuze hebt in de manier waarop je reageert. Laat je niet door je omgeving van je pad afbrengen. Verander je gedrag. Word wie je wilt zijn!

- Auteur van de bestseller *Tot hier en nu verder*.
- Je kunt je omgeving niet direct beïnvloeden, maar je kunt wel kiezen hoe je erop reageert.
- Een boek met inspirerende verhalen die je leren je gedrag blijvend te veranderen.

### OVER DE AUTEUR

**Marshall Goldsmith** is wereldberoemd executive coach en werd in 2011 uitgeroepen tot de #1 leadership thinker van de Thinkers50. Hij helpt topmensen uit het zakenleven om hun soms onbewuste gewoontes te doorbreken en zo nog succesvoller te worden. Eerder schreef hij de bestsellers *What got you here won't get you there* en *Mojo*.

“Het enthousiasme spat van de bladzijdes af”

– Gijs van Wulfen, grondlegger VOORT innovatiemethode



UITVOERING: **PAPERBACK**  
OMVANG: **176 PAGINA'S**  
AUTEURS: **DE BRUIJNE EN VAN IERSEL**  
TWITTER: **@MARENTHEDEB @SIGRIDVANIERSEL**  
FORMAAT: **15 X 23 CM**  
ISBN: **9789462960190**  
ISBN E-BOEK: **9789462960206**  
NUR: **765**  
PRIJS: **€ 22,50**  
VERSCHEIJNT: **OKTOBER 2015**



9 789462 960190

## LENIG DENKEN

*Technieken voor creatieve denkkraft*

Hoe maak je je werk inspirerender en je leven leuker? Door de flexibiliteit van je hersens te vergroten, waardoor je creatiever wordt! Gelukkig is creatief denken geen mysterieuze gave of een bijzonder talent: iedereen heeft de capaciteiten ervoor al in huis. *Lenig denken* biedt de gereedschappen om die capaciteiten verder te ontwikkelen en beter te benutten.

Met creatieve denktechnieken doorbreek je routines en leer je buiten de gebaande paden te treden. Dat stelt je in staat om originele ideeën en oplossingen te bedenken en nieuwe kansen te scheppen, zowel op het werk als thuis. Ontdek hoe je creativiteit kunt inzetten om meer succes en plezier in je dagelijks leven te creëren!

- Meer dan 5000 exemplaren verkocht van de eerste editie.
- Een rijk geïllustreerd boek voor creatief hersenwerk.
- Met een scala aan praktische adviezen, tips en oefeningen.

### OVER DE AUTEURS

**Marenthe de Bruijne** is expert op het gebied van creatief denken. Persoonlijke vernieuwing en het vergroten van je slagkracht staan in haar trainingen en workshops centraal. **Sigrid van Iersel** is verhalenmaker met een journalistieke achtergrond. Ze is specialist op het gebied van storytelling met een creatieve invalshoek.

“ZOU JIJ WILLEN WORDEN  
GEOPEREERD DOOR EEN  
CHIRURG DIE TIJDENS DE  
OPERATIE STEEDS ZIJN  
SMARTPHONE CHECKT?”

– Theo Compernelle,  
auteur van *Ontketen je brein*



UITVOERING: **PAPERBACK**  
OMVANG: **160 PAGINA'S**  
AUTEUR: **ZACK**  
TWITTER: **@DEVORA\_ZACK**  
FORMAAT: **14 X 21 CM**  
ISBN: **9789462960152**  
ISBN E-BOEK: **9789462960169**  
NUR: **801**  
PRIJS: **€ 17,50**  
VERSCHIJNT: **OKTOBER 2015**

## SINGLETASKEN

*Stop met multitasken. Doe één ding tegelijk.*

Zo veel te doen, zo weinig tijd. Je to-do-lijst lijkt alleen maar te groeien. De oplossing lijkt dan simpel: multitasken. Onze hersenen zijn echter neurologisch helemaal niet in staat twee dingen tegelijk te doen. Door voortdurend te schakelen tussen activiteiten gun je je hersenen geen tijd om informatie te verwerken. Dat is de reden dat er uiteindelijk minder uit je handen komt, je dingen vergeet en fouten maakt.

In *Singletasken* laat Devora Zack zien hoe je meer voor elkaar kunt krijgen door één ding tegelijk te doen. Ze helpt je om rust in je hoofd te krijgen en orde aan te brengen in je agenda en je leven. Word je vaak afgeleid door collega's? Spreek een moment af waarop jij hen de volle aandacht kunt geven. Zo kun je je taken één voor één afhandelen en oneindig veel productiever zijn.

- Boordevol praktijkvoorbeelden en oefeningen om je direct beter te kunnen concentreren.
- Echt succesvol word je alleen met echte aandacht. Topsporters checken toch ook niet om de minuut hun smartphone?

---

### OVER DE AUTEUR

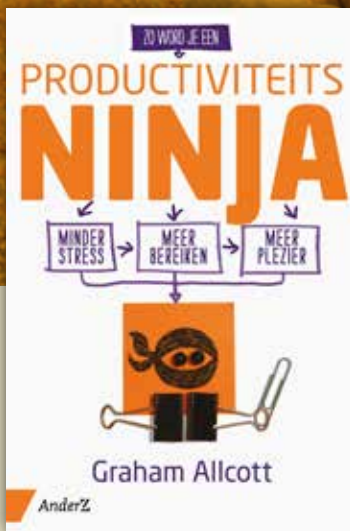
**Devora Zack** is strategisch consultant, executive coach en CEO van Only Connect Consulting. Eerder schreef ze de boeken *Networking for people who hate networking* (2010) en *Managing for people who hate managing* (2012).



9 789462 960152

“De opwinding over dit boek is groter dan wat ik destijds voelde bij *Getting Things Done*”

– Martijn Aslander



## ZO WORD JE EEN PRODUCTIVITEITS NINJA

*Minder stress, meer bereiken, meer plezier*

We krijgen tegenwoordig een stortvloed aan informatie over ons heen en hebben het drukker dan ooit. De traditionele technieken voor tijdmanagement schieten tekort als het gaat om uitpuilende inboxen, steeds maar groeiende to-do-lijsten en vergaderingen waar geen eind aan lijkt te komen. Gelukkig is er nu een betere strategie: word een Productiviteits Ninja!

In *Zo word je een Productiviteits Ninja* laat Graham Allcott je zien hoe je met technieken als meedogenloosheid, zelfbewustheid, camouflage en behendigheid jouw eigen ninjastijl ontwikkelt. Werk met je volle aandacht, versla uitstelgedrag en leer om niet harder, maar juist slimmer te werken. Je inbox was nog nooit zo snel leeg.

- Een prikkelende, toegankelijke en praktische gids die je leert kalm te blijven, meer gedaan te krijgen en opnieuw van je werk te houden.
- Denk als een ninja en versla je stress voorgoed.

UITVOERING: **PAPERBACK**  
OMVANG: **300 PAGINA'S**  
AUTEUR: **ALLCOTT**  
TWITTER: **@GRAHAMALLCOTT**  
FORMAAT: **14 X 21 CM**  
ISBN: **9789462960251**  
ISBN E-BOEK: **9789462960268**  
NUR: **801**  
PRIJS: **€ 19,95**  
VERSCHEIJNT: **NOVEMBER 2015**

### OVER DE AUTEUR

**Graham Allcott** is productiviteitsexpert, sociaal ondernemer en oprichter van Think Productive. Hij traint medewerkers van uiteenlopende grote bedrijven als Heineken en het Britse kabinet om hun productiviteit te verhogen.



9 789462 960251

&

NOOIT TE OUD  
OM TE WERKEN  
AAN EEN  
JONGER BREIN



UITVOERING: **PAPERBACK**  
OMVANG: **240 PAGINA'S**  
AUTEUR: **SMALL EN VORGAN**  
TWITTER: **@DRGARYSMALL**  
**@GIGIVORGAN**  
FORMAAT: **14 X 21 CM**  
ISBN: **9789462960213**  
ISBN E-BOEK: **9789462960220**  
NUR: **770**  
PRIJS: **€ 19,95**  
VERSCHIJNT: **NOVEMBER 2015**



9 789462 960213

## EEN JONGER BREIN IN TWEE WEKEN

Je sleutels kwijtraken, iemands naam vergeten, of met alle boodschappen behalve de belangrijkste thuiskomen – soms kunnen dingen je zomaar ontschieten. En niet alleen ouderen hebben hier last van. Er zijn zelfs twintigers die aantoonbare geheugenproblemen hebben. Gelukkig hoeven we ons hier niet bij neer te leggen. Je hebt namelijk zelf actief invloed op de scherpste van je brein!

In *Een jonger brein in twee weken* bieden Gary Small en Gigi Vorgan je praktische strategieën en prikkelende oefeningen waarmee je je hersenen een snelle, langdurige boost geeft. In slechts twee weken leer je jezelf nieuwe gewoontes aan die zowel je mentale als je fysieke gezondheid stimuleren. Zo blijft jouw brein jong en flexibel, en blijf je vergeetachtigheid de baas.

- Hoe muziek luisteren, gezond eten, meer bewegen, sociaal actief zijn en gamen je brein fitter en sterker maken. En hoe medicijnen je geheugen negatief kunnen beïnvloeden.
- Met tips om met behulp van storytelling je to-do-lijst te onthouden.
- Inclusief een 14-dagenprogramma met voedingstips, breintrainings-oefeningen en tips voor stressmanagement en lichamelijke beweging (zelfs voor achter je computer).

### OVER DE AUTEURS

**Gary Small** is professor psychiatrie en directeur van het UCLA Longevity Center. Hij geeft wereldwijd lezingen en wordt gezien als vooraanstaand wetenschappelijk vernieuwer. Samen met zijn vrouw **Gigi Vorgan** schreef hij zes boeken, waaronder *De geheugenbijbel*.

# EEN FRISSE WIND DOOR DE MINDFULNESS HYPE

*een praktische houvast  
voor iedereen*



UITVOERING: **PAPERBACK**  
OMVANG: **128 PAGINA'S**  
AUTEUR: **HASSON**  
TWITTER: **@GILLHASSON**  
FORMAAT: **14 X 21 CM**  
ISBN: **9789462960237**  
ISBN E-BOEK: **9789462960244**  
NUR: **770**  
PRIJS: **€ 14,95**  
VERSCHIJNT: **OKTOBER 2015**

## MINDFULNESS POCKETBOEK

*Kleine oefeningen voor meer ontspanning en rust in je leven*

Heb je het gevoel dat het leven aan je voorbij raast? En kost het moeite om het bij te houden? Lukt het je niet om je deadlines te halen, 's avonds in slaap te vallen, of ontspannen en zelfverzekerd te zijn? Dan is het tijd om 'in het hier en nu' te gaan leven. Mindfulness helpt je daarbij. Door mindful te zijn ontwikkel je een frisse blik, verminder je stress en krijg je meer plezier in je leven.

Het *Mindfulness pocketboek* bevat meer dan 100 korte oefeningen om in uiteenlopende situaties kalm en in balans te blijven. Gill Hasson helpt je om stap voor stap je negatieve denkpatronen te doorbreken, je bewustzijn en inzicht te vergroten en meer controle te krijgen. Leer hier en nu op jezelf vertrouwen en bereik meer, zowel persoonlijk als op je werk.

- Een handig boekje om overal naartoe mee te nemen en te gebruiken.
- Geen ingewikkelde of mystieke technieken of theorie, maar makkelijk en snel toepasbare tips voor elke situatie.
- Meer dan 20.000 exemplaren verkocht van de Amerikaanse versie.

### OVER DE AUTEUR

**Gill Hasson** is docent aan de Universiteit van Sussex en geeft trainingen. Als freelance journalist schrijft ze artikelen over persoonlijke ontwikkeling en relaties. Haar drijfveer is de overtuiging dat mensen hun manier van denken over het leven, anderen en henzelf positief kunnen veranderen.



9 789462 960237

# HET GROTE OPVOEDINGSBOEK VAN VANDAAG



UITVOERING: **PAPERBACK**  
OMVANG: **240 PAGINA'S**  
AUTEUR: **DE BRUYCKERE  
EN SMITS**  
TWITTER: **@THEBANDB  
@BERTSMITS**  
FORMAAT: **17 X 24 CM**  
ISBN: **9789082033786**  
NUR: **840, 766**  
PRIJS: **€ 24,99**  
VERSCHEIJNT: **OKTOBER 2015**



## IK WAS 10 IN 2015

### *Kinderen vandaag opvoeden voor de toekomst*

Welke studies leiden naar een goede baan? Waar gaan onze kinderen wonen? Zullen ze gelukkig zijn? De wereld lijkt constant in verandering en dit maakt de taak van ouders, opvoeders en leerkrachten zeker niet eenvoudiger. Waar ouders er vroeger vanuit konden gaan dat hun kinderen het beter zouden hebben dan zichzelf, is dat nu niet zo vanzelfsprekend meer. "Waarschijnlijk moeten onze kinderen het met minder doen", is een veelgehoorde vrees. Wat moeten onze kinderen studeren als sommige banen straks door robots vervangen worden? Welke nieuwe uitdagingen komen op hun pad?

Pedagogen Pedro De Bruyckere en Bert Smits hebben geen glazen bol, maar bekijken in *Ik was 10 in 2015* wel de belangrijkste tendensen die invloed zullen hebben op de levens van kinderen en jongeren. Zo beantwoorden ze de vragen die volwassenen hebben over hun toekomst.

- Van de auteurs van *De jeugd is tegenwoordig* en *Jongens zijn slimmer dan meisjes*.
- Concrete, wetenschappelijk onderbouwde tips voor ouders, opvoeders en leerkrachten. Met een optimistische kijk op de jeugd van tegenwoordig.

### OVER DE AUTEURS

**Pedro De Bruyckere** is onderzoeker en pedagoog aan de Arteveldehogeschool in Gent. Hij verdiept zich al jaren in de leefwereld van jongeren. **Bert Smits** is sociaal pedagoog en maatschappelijk ondernemer. Hij begeleidt organisaties, overheden en bedrijven in complexe transitieprocessen vanuit Leuvuur.

#### Nederland

AnderZ  
Triosingel 38  
4101 XC Culemborg  
T 0345 473392  
E [info@anderzdenken.nl](mailto:info@anderzdenken.nl)

#### Pers en promotie

Lisanne Verschoor  
E [lisanne@anderzdenken.nl](mailto:lisanne@anderzdenken.nl)

#### Twitter

@Anderzdenken

#### Facebook

[www.facebook.com/anderzdenken](http://www.facebook.com/anderzdenken)

#### Accountmanagers

Yoram Vieveen  
M 06 10337748  
E [yoram@vanduurenmedia.nl](mailto:yoram@vanduurenmedia.nl)

Rutger Selle  
M 06 53737793  
E [rutger@vanduurenmedia.nl](mailto:rutger@vanduurenmedia.nl)

#### België

LannooCampus Uitgeverij  
Erasmie Ruelensvest 179 bus 101  
B-3001 Leuven  
[www.lannoocampus.be](http://www.lannoocampus.be)

#### Docenten Hoger onderwijs

Leen Wouters  
T 0032(0)16 300 111  
E [leen.wouters@lannoocampus.be](mailto:leen.wouters@lannoocampus.be)

#### Pers en promotie

Laurence Deschout  
T 0032(0)51/424298  
E [Laurence.deschout@lannoo.be](mailto:Laurence.deschout@lannoo.be)