



Voorjaar 2016

AnderZ

Het *is* een nieuwe wereld





**MET EEN
GROEIMINDSET
BEREIK JE MEER,
MET MEER
PLEZIER!**



HERSENVITAMINEN

Meer succes met de groeimindsetmix

Wat denk jij als je iemand heel goed ziet presteren? Is het een aangeboren talent, of heeft het eerder te maken met gerichte inspanning en oefening? De verklaring die je geeft, zegt iets over je mindset: de manier waarop je naar goede en slechte prestaties kijkt, van jezelf of anderen. En die speelt in je dagelijks leven een belangrijke rol. Je mindset heeft namelijk invloed op wat je bereikt en op hoe je je voelt.

Wil je ergens succesvoller in worden? Dan heb je een groeimindset nodig. Want daarmee leer je beter, presteer je beter en heb je meer plezier in wat je doet. In *Hersenvitaminen* beschrijft Gwenda Schlundt Bodien op een pakkende en praktische manier hoe je die groeimindset ontwikkelt met de groeimindsetmix. Vanuit de overtuiging dat je je prestaties altijd kunt verbeteren, waar je op dit moment ook staat. Een boek waarmee je direct aan de slag wilt!

- Het eerste en enige boek van Nederlandse bodem over de populaire groeimindsettheorie
- Een optimistisch en praktisch boek dat laat zien hoe je succesvoller kunt worden in wat je doet, zakelijk en privé

UITVOERING: **PAPERBACK**
 OMVANG: **128 PAGINA'S**
 AUTEUR: **SCHLUNDT BODIEN**
 TWITTER: **@PROGRESS_FOCUS**
 FORMAAT: **14 X 21 CM**
 ISBN: **9789462960299**
 ISBN E-BOEK: **9789462960305**
 NUR: **801, 770**
 PRIJS: **€ 19,95**
 VERSCHIJNT: **FEBRUARI 2016**

OVER DE AUTEUR

Gwenda Schlundt Bodien is (mede)ontwikkelaar van de progressiegerichte aanpak en (mede)oprichter van NOAM, een netwerk voor progressiegericht werken. Ze is trainer, coach en auteur. Eerder schreef zij onder andere de boeken *Ontwikkel je mindset* en *Progressie door zelfcoaching*.



Veranderen is geen kwestie van moeten, maar van willen



UITVOERING: **PAPERBACK**
 OMVANG: **140 PAGINA'S**
 AUTEURS: **VAN DER LOO, DAVIDSON**
 TWITTER: **@HANSVANDERLOO, @DAVIDSONBETTER**
 FORMAAT: **14 X 21 CM**
 ISBN: **9789462960350**
 ISBN E-BOEK: **9789462960367**
 NUR: **801**
 PRIJS: **€ 19,95**
 VERSCHIJNT: **FEBRUARI 2016**



9 789462 960350

WAAR HAAL JE DE ENERGIE VANDAAN?

In 5 stappen van willen naar doen

Energie is de beste voorspeller van succes. Energieke mensen zitten beter in hun vel, gedragen zich actiever en presteren beter. Maar waar haal je die energie vandaan? Hoe laad je jezelf voldoende op, zodat je bestand bent tegen de hectiek van alledag en steeds weer het beste uit jezelf weet te halen?

In dit praktische boek lees je hoe je je mentale, emotionele en sociale energiebronnen vindt én activeert. Op basis van jarenlang onderzoek leggen de auteurs op heldere en aansprekende wijze uit hoe je dagelijks met 100% energie aan de slag kunt gaan. Daarnaast geven ze tientallen tips en technieken om energieverder dan ooit door het leven te gaan en buiten gewoon te presteren, thuis en op je werk. *Waar haal je de energie vandaan?* is een no-nonsenseboek voor iedereen die in beweging wil komen!

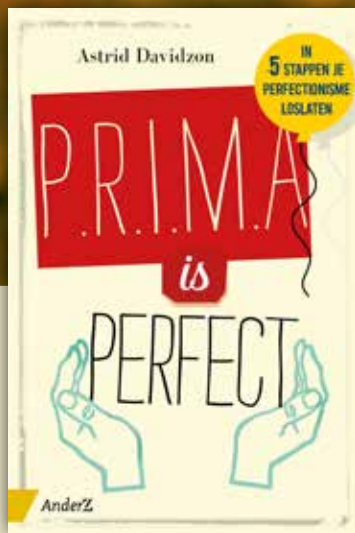
- Een inspiratieboek voor iedereen die dagelijks met 100% energie aan de slag wil gaan
- Boordevol kennis, tips en technieken om je mentale, emotionele en sociale energiebronnen aan te boren
- Wat de bestseller *Energy Boost* doet voor managers en professionals, doet dit boek voor iedereen – zakelijk en privé

OVER DE AUTEURS

Hans van der Loo is expert op het gebied van energiek veranderen. Eerder schreef hij de bestsellers *Kus de visie wakker*, *We hebben er zin in!*, *Energy Boost* en *Vaart maken*. **Patrick Davidson** is als adviseur, spreker en publicist gespecialiseerd in het realiseren van prestatiesprongen. Samen zijn zij eigenaar van *betterday* en *EnergyFinder*.

ALS IK NIET ZO'N PERFECTIONIST WAS, WAS MIJN LEVEN PERFECT

– Omdenken



UITVOERING: **PAPERBACK**
OMVANG: **180 PAGINA'S**
AUTEUR: **DAVIDZON**
TWITTER: **@ASTRIDDAVIDZON**
FORMAAT: **14 X 21 CM**
ISBN: **9789462960312**
ISBN E-BOEK: **9789462960329**
NUR: **770**
PRIJS: **€ 19,95**
VERSCHEIJNT: **FEBRUARI 2016**



P.R.I.M.A. IS PERFECT

In 5 stappen je perfectionisme loslaten

Werk je hard, maar lijkt het nooit af en nooit genoeg? Voel je je vaak gehaast, pieker je veel en leg je de lat steeds hoger voor jezelf? Dan ben je hoogstwaarschijnlijk een perfectionist. Dat lijkt misschien positief, maar de stress en onrust die perfectionisme met zich meebrengt kan veel ellende veroorzaken, zoals lichamelijke klachten, faalangst, verslavingen en zelfs een burn-out.

Met het boek *P.R.I.M.A. is Perfect* biedt Astrid Davidzon een praktisch en effectief 5-stappenplan om perfectionisme los te laten. Haar zelfontwikkelde 'P.R.I.M.A-methode' geeft niet alleen inzicht in wat je kunt doen om van perfectionisme af te komen, maar ook h^oe je dat doet. Want pas als je je perfectionisme laat varen, zal je merken dat prima eigenlijk ook al perfect is en hoeveel rust en ruimte dat oplevert.

- Geschikt voor iedereen, niet alleen voor 'full-on' perfectionisten.
- Met openhartige en herkenbare praktijkverhalen en persoonlijke anekdotes.

OVER DE AUTEUR

Astrid Davidzon is expert op het gebied van perfectionisme. Ze is Master-practitioner NLP en hypnose, en coacht mensen bij het loslaten van hun perfectionisme door hun gedachten en gevoelens op een positieve manier te herprogrammeren.

Overkomen zoals je wilt overkomen



UITVOERING: **PAPERBACK**
OMVANG: **130 PAGINA'S**
AUTEUR: **MUREAU**
TWITTER: **@DEBSVOICE**
FORMAAT: **14 X 21 CM**
ISBN: **9789462960404**
ISBN E-BOEK: **9789462960411**
NUR: **770**
PRIJS: **€ 19,95**
VERSCHIJNT: **MEI 2016**

JE STEM ALS KRACHTBRON

Overtuigen en beïnvloeden met je stem

Bij The Voice of Holland zien we hoe deelnemers in een split second beoordeeld worden, we zijn geraakt of niet. Ook met onze spreekstem worden we binnen één seconde beoordeeld op o.a. betrouwbaarheid en sympathie. Je stem is daarmee een belangrijk instrument om overtuigend over te komen en mensen te raken, of het nu gaat om het aansturen van een team als leidinggevende, het pitchen voor een project of een sollicitatiegesprek.

In *Je stem als krachtbron* vertelt Debby Mureau hoe je jouw stem zo aantrekkelijk, duidelijk én gezond mogelijk kunt gebruiken. Ze leert je wat ze businessprofessionals, politici, zangers en dj's ook heeft geleerd: het trainen van je stem, je verstaanbaarheid, hoe je een hese stem kunt voorkomen en hoe je door middel van je stem snel contact kunt krijgen met mensen.

- Inclusief interviews met ervaren en professionele stemmen, zoals Gerard Eekdom en Jan de Hoop
- Met verrassende tips en leuke anekdotes
- Ook geschikt als cadeau!

OVER DE AUTEUR

Debby Mureau is stemcoach en levert al meer dan twintig jaar stem- en presentatietraining aan business- en mediaprofessionals, politici, zorgverleners en bekende Nederlanders. Daarnaast is haar eigen stem regelmatig te horen in commercials, bedrijfsfilms, AV-producties, voice-respons-systemen, en is ze de stationvoice bij NPO radio 5.



9 789462 960404



MAKE AN IMPACT.



UITVOERING: **PAPERBACK**
 OMVANG: **240**
 AUTEUR: **YEUNG**
 TWITTER: **@ROBYEUNG**
 FORMAAT: **14 X 21 CM**
 ISBN: **9789462960336**
 ISBN E-BOEK: **9789462960343**
 NUR: **801, 770**
 PRIJS: **€ 22,50**
 VERSCHIJNT: **MAART 2016**



OVERTUIGINGSKRACHT

Make an impact.

Wat maakt het dat sommige mensen altijd opvallen, uitgekozen worden voor interessante projecten en de aandacht op een positieve manier naar zich toe weten te trekken? Hoe komt het dat zij anderen altijd weten te overtuigen in vergaderingen en tijdens presentaties? Blijkbaar weten zij impact te hebben op andere mensen met een ogenschijnlijk geheim wapen: overtuigingskracht.

Rob Yeung leert je in 4 stappen hoe ook jij je overtuigingskracht kunt verbeteren:

1. Geef je zelfvertrouwen een boost
2. Gebruik lichaamstaal en non-verbale communicatie effectief
3. Speel het spel met woorden slim
4. Verbeter je prestaties door passie.

Rob Yeung maakt gebruik van wetenschappelijke bewezen technieken. Zijn werk is gebaseerd op intensief onderzoek en voorzien van inspirerende, waargebeurde voorbeelden en cases.

- Voor iedereen die impact wil hebben, of je nu gaat om werk of privé
- Boordevol bewezen technieken, oefeningen en adviezen
- Leer je impact te vergroten en het succes te bereiken dat je wilt bereiken

OVER DE AUTEUR

Rob Yeung is psycholoog en geeft training workshops op het gebied van presentatie vaardigheden, zelfvertrouwen, teamwork en persoonlijke productiviteit. Daarnaast wordt hij regelmatig gevraagd als keynote speaker op conferenties over de hele wereld en heeft hij al meer dan 20 boeken geschreven.

KLEUR EN PUZZEL JE STRESS WEG!



UITVOERING: **PAPERBACK**
OMVANG: **96 PAGINA'S**
AUTEUR: **HASSON**
TWITTER: **@GILLHASSON**
FORMAAT: **15 X 21 CM**
ISBN: **9789462960398**
NUR: **476**
PRIJS: **€ 9,95**
VERSCHEIJNT: **15 JANUARI 2016**



HET MINDFULNESS KLEUR- EN KNUTSELBOEK

*Het anti-stressboek voor meer ontspanning
en rust in je leven*

Het is onmogelijk om constant 'aan' te staan. Je brein kan oververhit raken wanneer het voortdurend onder grote druk moet werken. Wordt het je allemaal teveel, en voel je je rusteloos en gespannen? Maak dan je hoofd leeg met *Het Mindfulness kleur- en knutselboek*.

Dit handige pocketboek bevat kleurplaten, spelletjes, en andere oefeningen die jou helpen te ontspannen en je brein uit te schakelen. Door je hersenen iets specifiek te geven om op te focussen, kunnen je gedachten vrijuit stromen zonder dingen te overdenken. Elke oefening is gebaseerd op het behouden van de balans tussen uitdaging en vaardigheid. Door je intensief te concentreren blijf je in het moment, in het *hier en nu*, en ben je even verlost van de stressvolle gedachten in je hoofd.

- Van Gill Hasson, de auteur van de bestseller *Mindfulness pocketboek* (meer dan 37.000 exemplaren verkocht).
- Bevat niet alleen kleurplaten, maar ook andere knutsels en raadsels zoals optische illusies, origami, woordzoekers, en doolhoven.
- In handig pocketformaat zodat je het ook makkelijk mee kunt nemen.

OVER DE AUTEURS

Gill Hasson is docent aan de Universiteit van Sussex en geeft trainingen. Als freelance journalist schrijft ze artikelen over persoonlijke ontwikkeling en relaties.

Gilly Lovegrove is een ervaren kunstenares en getraind aan Central St. Martins college in Londen. Ze geeft workshops over (portret)tekenen en schilderen in heel Engeland.

'IK KAN UIT DE GROND VAN MIJN
HART ZEGGEN, ZIJN OPTREDEN IS
MAGISTRAAL'

– Kees van Kooten (van Kooten & de Bie)



UITVOERING: **PAPERBACK**
OMVANG: **184 PAGINA'S**
AUTEUR: **BRESSERS**
TWITTER: **@JAAPBRESSERS**
FORMAAT: **14 X 21 CM**
ISBN: **9789462960015**
NUR: **801**
PRIJS: **€ 16,95**
REEDS VERSCHENEN



WAAR EEN WIEL IS, IS EEN WEG

Hoe je met kleine dingen het verschil maakt

'De manier waarop je met tegenslagen omgaat, bepaalt de kwaliteit van je leven.' Dit citaat kenmerkt het boek *Waar een wiel is, is een weg* van Nederlands eerste sit-down comedian Jaap Bressers. Aan de hand van de gebeurtenis die zijn leven op zijn kop zette en de weg die hij daarna aflegde, laat Jaap zien hoe kleine dingen echt het verschil maken.

'Jaap, je bent een inspirator voor ons allen.'
– *Angela Schijf*

'Schitterend optreden cabaretier @jaapbressers'
– *Frits Barend*

'Inspirerend, humoristisch en ontroerend echt.'
– *Sabine Uitslag, oud-Tweede Kamerlid*

'Een aanrader voor iedereen die zich belemmert voelt door zichzelf en inspiratie zoekt om toch zijn doel te blijven nastreven.'
– *Managementblog*

De 5^e druk
sinds februari!
meer dan
7500 exemplaren
verkocht

OVER DE AUTEUR

Jaap Bressers is cabaretier en spreker. Bij een duikongeluk op zijn 21ste liep hij een hoge dwarslaesie op en belandde hij in een rolstoel. Met zijn humoristische shows inspireert hij mensen om zelf het verschil te maken, in hun werk en hun persoonlijke leven.

Nederland

AnderZ
Triosingel 38
4101 XC Culemborg
T 0345 473392
E info@anderzdenken.nl

Pers en promotie

Jorien Hanemaaijer
E jorien@anderzdenken.nl

Twitter

@Anderzdenken

Facebook

www.facebook.com/anderzdenken

Accountmanagers

Yoram Vieveen
M 06 10337748
E yoram@vanduurenmedia.nl
Rutger Selle
M 06 53737793
E rutger@vanduurenmedia.nl

België

LannooCampus Uitgeverij
Erasme Ruelensvest 179 bus 101
B-3001 Leuven
www.lannoo-campus.be

Docenten Hoger onderwijs

Leen Wouters
T 0032(0)16 300 111
E leen.wouters@lannoo-campus.be

Pers en promotie

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