

# 1.Orientatie

# Oriëntatie 45+

- Is jouw loopbaan al half voorbij?
- Of begint je net aan de tweede helft?
- 45+ heeft de toekomst!
- Je werkt tot je 70<sup>e</sup>
- Zorg dus voor plezierig werk!
- Denk goed na

# Oriëntatie 45+

- Ken jezelf; jouw waarde(n)
  - Sterktes, zwaktes, competenties, passie
- Ken jouw markt
  - Kansen, banen, ondernemer of ZZP?
- Kies je Richting
  - Meer van hetzelfde?
  - Nieuw & anders?
- Weer naar school?
  - Levenslang leren, de ontwikkelingen gaan snel
- Word je ZZP-er?
  - De werknemers van de toekomst,
- Oriënteren = Leren = Kansen vergroten

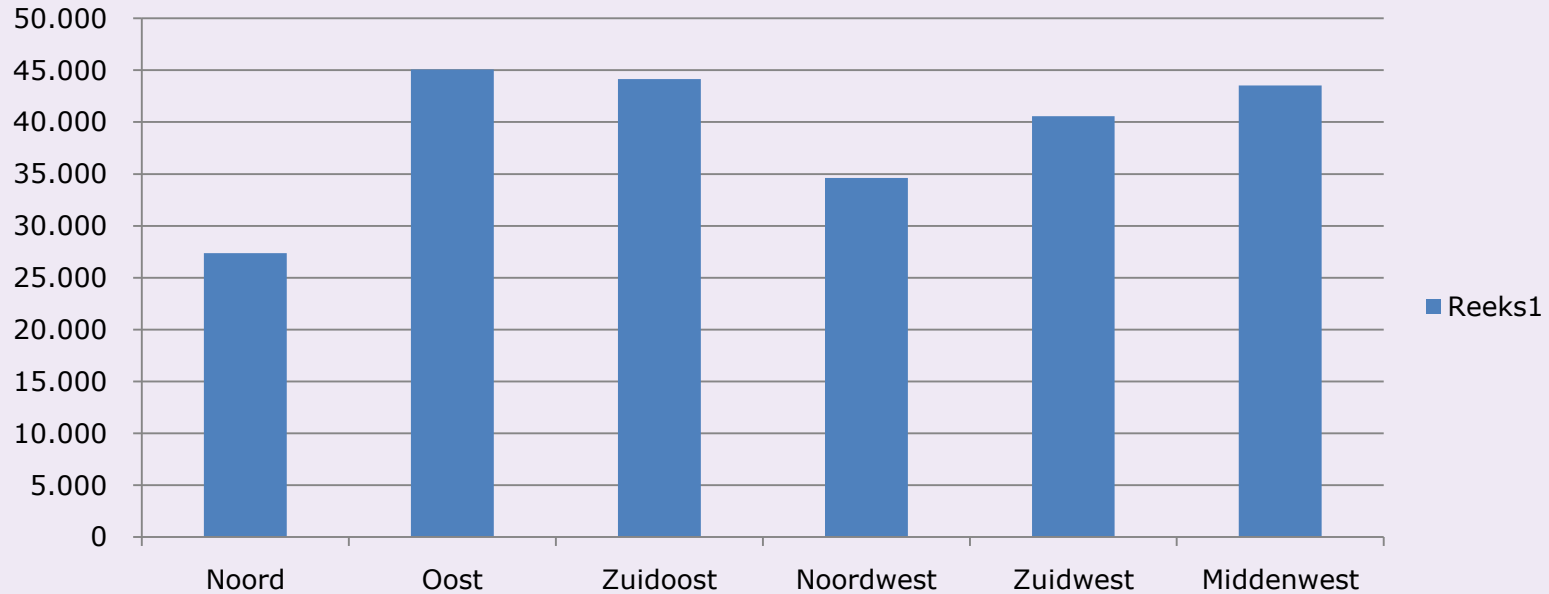
## 2. Arbeidsmarkt voor 45+

# 45plus heeft de toekomst!

- Vanaf 2013 stoppen babyboomers
- Ruimte voor 45plus
- Maar er is iets vreemds ...
- Immobiliteit 45plussers door:
  - Vooroordelen: onterecht! Oud, uitgeblust, vaak ziek, duur
  - Loonkosten: inderdaad vaak duurder (salaris, premies pensioenen en sociale verz)
  - Zelfvertrouwen, motivatie: logisch als je al 50-100 keer bent afgewezen, vicieuze cirkel: afwijzing->twijfel->minder zelfvertrouwen, minder energie -> minder kansen
  - Nieuwe kennis en vaardigheden : de ontwikkelingen in de markt gaan steeds sneller, iedereen moet steeds meer bijleren, en levenslang blijven leren
  - Sollicitatievaardigheden: solliciteren is de laatste 5 jaar echt veranderd

# 235.000 werkzoekenden 45+

(september 2010)



# Wat doet de overheid?

- De overheid ziet het probleem van 45plus
- Commissie Bakker (2008): adviezen voor maatregelen
- Een deel is al ingevoerd:
- Nieuwe kabinetten zullen met extra maatregelen komen
  - Financiële en fiscale stimuleringsmaatregelen
  - Scholing
  - “Werkbudget”
  - Maar: grote bezuinigingen
- Uitgangspunten:
  - Van Werk naar Werk
  - Van Baanzekerheid naar Werkzekerheid
- Jij bent aan zet!

# Voordelen van 45plussers

Voordelen 45 plussers	
Minder verzuim	Verdraagzamer
Psychisch gezonder	Minder risicovol
Meer kennis & ervaring	Meer zelfkennis
Sociaal vaardiger	Trouwere werknemers
Meer inzicht	Geen kinderwens meer
Minder ik - carrièregericht	subsidies



### 3. Solliciteren voor 45+

# 45 plus – vooroordelen, feiten en voordelen

Vooroordeel	Feit	Voordeel
ouderen hebben minder kennis	kennis en leervermogen nemen <u>niet</u> af met leeftijd	ouderen hebben brede ervaring uitgebreide vakkennis
ouderen zijn minder productief	dit is nooit wetenschappelijk aangetoond	ouderen hebben meer levenservaring en mensenkennis. Doorzien problemen vaak eerder en leveren goede resultaten
ouderen hebben een hoger ziekteverzuim	Jongeren verzuimen vaker dan ouderen, geestelijk zijn jongeren minder stabiel	ouderen nemen minder risico's, zowel qua gezondheid als financieel
ouderen blijven maar kort in dienst	Jongeren jobhoppen juist veel vaker, ouderen zijn trouw	ouderen zijn veelal loyale werknemers, de meeste 45plussers zijn op zoek naar stabiliteit
oudere werknemers zijn duur	Werkgevers overschatten dit vaak. Veel ouderen willen concessies doen. Bovendien zijn er verschillende subsidies	ouderen kunnen beter zelfstandig werken, kunnen omgaan met vrijheid en verantwoordelijkheid, ouderen hebben minder begeleiding nodig
ouderen gaan eerder en vaker in de WAO	Dit is aantoonbaar onjuist. Juist jongeren van 25-35 zijn de grootste instromers in WAO	ouderen lijden minder onder werkdruk, onderzoek toont aan dat ouderen beter met stress kunnen omgaan

# 45 plus – nog een paar positieve feiten

- Reageren creatief op verandering
- Kennen weinig angst
- Houden het vermogen om nieuwe dingen te ontdekken en nieuwe dingen te doen
- Houden energie om zich aan te passen
- Hebben sterke levenswil
- Kunnen nieuwe dingen opnemen in hun leven

Zie het boek "De Seniorcode, je loopbaan na je 45<sup>ste</sup>"

# Sollicitatietips voor 45plus

- **Leeftijd voordeel** - focus op vacatures waar je werkervaring, leeftijd en kennis van belang kunnen zijn, bijvoorbeeld bij een klein bedrijf dat behoefte heeft aan stabiele werknemers. Zoek er naar via je netwerk. Overweeg nieuwe mogelijkheden, bijvoorbeeld lesgeven of coachen van jongeren
- **Realistisch** - reageer niet op droombanen waarvoor je geen ervaring hebt, wees bereid om water bij de wijn te doen qua salaris
- **Gebruik je voordelen** - benadruk jouw competenties, je ervaring, mensenkennis, vakkennis, bedenk wat jij kunt betekenen voor de organisatie, benadruk dat je flexibel bent (geen schoolvakanties of schooltijden), toon je leergierig, benadruk dat je op zoek bent naar vastigheid
- **Foutloos cv, accurate brief** - geen fouten, ga in op wat men vraagt, en op de organisatie, benadruk jouw sterke punten, je ervaring en kennis, gebruik een eigentijdse schrijfstijl, niet te stijf
- **Gesprek** - bereid je goed voor, bekijk de website, wees open, positief en niet te bescheiden, pas je kleding aan aan het bedrijf en de vacature, zorg dat je kleding makkelijk zit en dat je je lekker voelt
- **Stel vragen** - zo toon je belangstelling in de werkgever, en krijg je het gesprek meer onder controle, bereid je vragen voor, ga niet te snel praten over salaris e.d., eerst de inhoud van de functie
- **Netwerken** - zeker voor 45plus is een baan krijgen 'via via' kansrijker dan via sollicitatie. Tip: boek "Netwerken werkt" van Rob van Eeden
- **Regelingen voor werkgever** - er zijn vele regelingen voor werkgevers, oa premiekorting, no-risk polis voor 55plus, zoek goed uit welke regelingen voor jou van toepassing zijn, dat bespaart de werkgever een hoop 'gedoe' en uitzoekwerk

# cv-tips voor 45+

- **Probeer eens ...** - vermeld je geboortedatum niet in je cv, ga niet te ver terug in de tijd met opleiding en werkervaring, word je eerder uitgenodigd voor een gesprek?
- **Wees bondig** - geen eindeloze verhalen en lijsten met uitgevoerde werkzaamheden, wees alleen uitgebreid over meer recente functies, en over meer relevante functies en opleidingen, probeer het op maximaal 2 A4 te houden
- **Plaats je meest recente werk bovenaan**
- **Neem een Profiel op** - korte omschrijving van je persoon, kwaliteiten en sterke punten
- **Competenties & Prestaties** - maak duidelijk wat je kunt en welke resultaten je hebt behaald, liefst met cijfers erbij, eventueel zet je dit nog eens apart in je cv neer, je hebt als oudere meer ervaring en meer deskundigheid, wees niet te bescheiden, heb je lang niet meer gewerkt, beschrijf dan vooral je competenties (= je kennis, houding en vaardigheden)
- **Hobbies, vrijwilligerswerk etc.** - neem dit op in je cv, ook als je lid bent van een club of bestuur, dit maakt duidelijk dat je een brede ervaring hebt en graag zaken op je neemt, dat je actief bent
- **Strakke layout** - kies voor een strakke en eigentijdse layout, mooie vormgeving, niet overdreven, professioneel
- **Laat je cv nakijken** - zodat je zeker weet dat er geen fouten of rare dingen in zitten
- **Video-cv!** - de beste manier om krachtig en positief in beeld te komen bij werkgevers. Laat zien hoe vitaal, waardevol en positief je bent.

# Wat zoeken werkgevers ?

- **Flexibiliteit** - ben je makkelijk inzetbaar, wil je nieuwe dingen leren, veranderen, anders werken?
- **Mobiliteit** - ben je bereid om te reizen en op andere werkplekken te werken?
- **Eigen initiatief** - laat zien dat je zelf het voortouw neemt (in je brief, cv en het gesprek)
- **Doelgerichtheid** - laat zien dat je jezelf doelen stelt om te bereiken wat je wilt
- **Eigen verantwoordelijkheid** - neem je eigen verantwoordelijkheid in het bereiken van je doelen
- **Carrieregerichtheid** - jouw wens om je eigen loopbaan vorm te geven, je te blijven ontwikkelen
- **Brede kennis** - naast specifieke vakkennis heb je vaak ook meer algemene kennis en ervaring, bijvoorbeeld door je ervaring heb je soms een HBO- of universitair denkniveau gekregen
- **Sociale vaardigheden** - omgaan met klanten, patienten, opdrachtgevers, collega's en managers, het is voor de meeste functies heel erg belangrijk dat je dit goed kunt en kunt aantonen, via je cv en brief, maar vooral in het Gesprek!