

Weer zin in een jaar lang lekker scheuren?

Daar gaan we dan!

In deze Omdenken scheurkalender vind je uitspraken en illustraties die je aan het denken of aan het lachen kunnen brengen. Ook al kunnen we vanwege de beperkte ruimte in deze kalender niet uitgebreid op de omdenken-filosofie ingaan, toch – vinden wij - hebben de uitspraken of illustraties altijd op de één of andere manier iets met omdenken te maken.

Maar wat is omdenken nou eigenlijk?

Omdenken is een manier van denken en doen, waarbij je kijkt naar de werkelijkheid zoals die is en onderzoekt wat je daarmee zou kunnen. Omdenken benadert een probleem als ruwe energie; frustratie die zijn vorm nog niet gevonden heeft. Je gebruikt de energie van het probleem voor iets nieuws.

Een probleem bestaat uit twee dingen: *feiten en verwachtingen*. Zodra je een tegenstelling ervaart tussen die twee, tussen *wat-zou-moeten-zijn* en *wat-is*, ervaar je iets als een probleem.

Omdenken is fundamenteel anders dan oplossen (waarbij je de situatie terug wilt brengen naar hoe deze *zou-moeten-zijn*) of loslaten (waarbij je je verwachtingen loslaat en je probleem verdwijnt). Door de feiten en verwachtingen grondig te onderzoeken, kun je ontdekken welke nieuwe mogelijkheden er ontstaan door de feiten volledig te accepteren, dus volledig 'ja' te zeggen tegen de realiteit. Als je een nieuwe mogelijkheid vindt, heb je je probleem omgedacht.

Bij omdenken is daarom het houden van een open geest een belangrijk uitgangspunt. Daarnaast staat omdenken voor respect voor elkaar, inclusiviteit, verdraagzaamheid en diversiteit. En uiteraard humor en creativiteit.

Op de achterkant kun je lezen wat Omdenken allemaal doet, of ga naar onze website www.omdenken.nl en ontdek de wereld van Omdenken.

We wensen je veel scheurplezier in 2026!



Wat doet Omdenken nog meer?

Al jaren leren wij mensen en organisaties hoe ze in plaats van op een ja-maar-manier op een ja-en-manier in het leven kunnen staan. Kortom, hoe ze kunnen leren omdenken.

Dat doen we door middel van (theater-)shows, workshops, trainingen, lezingen en webinars voor bedrijven, overheden, onderwijs, zorginstellingen en alle andere plekken waar mensen bij elkaar komen. In binnen- en buitenland.

Maar er is nog meer: de Omdenken Podcast, vele boeken (van onze eigen uitgeverij), wenskaarten en spellen. En natuurlijk niet te vergeten de quotes en verhalen die we delen op onze website en sociale media (Facebook, LinkedIn, Instagram).

Op de website www.omdenken.nl kun je dit alles vinden, en kun je duizenden omdenkverhalen lezen en reageren op verhalen van andere omdenkers. In onze webwinkel vind je alle boeken en producten van Omdenken. Ook kun je je daar inschrijven op onze nieuwsbrieven met quotes en omdenkverhalen.

Welkom in de wereld van Omdenken!





donderdag 1 januari

**Je kunt niets
nieuws oppakken
als je handen nog
vol zitten met de
rommel van gisteren.**

Louise Smith

Nieuwjaarsdag

vrijdag 2 januari

De agenda van een introvert persoon met een belafspraken:



zaterdag 3 januari

***Omdenk*vraag:**

**als je als tachtigjarige
terugkijkt naar jezelf nu,
wat voor advies zou je
jezelf dan geven?**



zondag 4 januari

**Het is de kunst om je
toenemende kennis je
nieuwsgierigheid niet
te laten afnemen.**



maandag 5 januari

Een fout in het
verleden kan zomaar
**de wijsheid van de
toekomst worden.**



dinsdag 6 januari

Moed is niet alleen
doorgaan als het
moeilijk wordt.

**Moed is soms ook
durven stoppen als
het nodig is.**



Driekoningen



woensdag 7 januari

**Het kunnen
accepteren van
imperfectie is een
vorm van vrijheid.**

Bron onbekend



Einde jammer hè?

Verantwoording

De meeste quotes uit deze kalender bedenken we zelf. Daarnaast maken we soms gebruik van andere bronnen en wat mensen ons toesturen. Uitspraken van anderen, die we zó mooi en passend vonden dat we ze een plekje in onze scheurkalender hebben gegeven. In zo'n geval vermelden we de bron, en proberen dat zo zorgvuldig mogelijk te doen. Als er onder een quote *bron onbekend* staat, dan hebben wij de oorspronkelijke bron niet kunnen vinden. Maar het kan natuurlijk voorkomen dat een door ons vermelde bron niet klopt. Laat het ons weten. We doen ons best.

De makers van de scheurkalender:

Jeroen Callaars
Annemargreet Dwarshuis
Jan Gunster

Met dank aan:
Omdenken team
Berthold Gunster

Eerste druk, juni 2025
© 2025 **Omdenken Uitgeverij**

Duurzaam gedrukt door **drukkerij Wilco, Amersfoort**

We vinden het leuk als je inhoud uit deze scheurkalender deelt! Mocht je iets willen gebruiken dat je gaat drukken, in een training wilt gebruiken of op een website wilt plaatsen, vraag ons dan even of dat oké is, op contact@omdenken.nl.



Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever. Voor zover het maken van reprografische verveelvoudigingen uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikel 16 h Auteurswet 1912 dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoedingen te voldoen aan de Stichting Reprorecht (Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.reprorecht.nl). Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16 Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot de Stichting PRO (Stichting Publicatie- en Reproductierechten Organisatie, Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.cedar.nl/pro).

Zo. Dat was een hele mond vol onbegrijpelijke juridische taal. Moest even. We zullen het even samenvatten. Wat in deze scheurkalender staat hebben we zelf met veel bloed, zweet en tranen bedacht. Het zou fijn zijn als je daar een beetje respectvol mee omgaat. Dus niet alles klakkeloos overnemen en zelf met de eer gaan strijken. Afgesproken? Dank je wel.

Wat is omdenken?

Misschien vraag je je af wat omdenken nou eigenlijk is, en waar de inhoud van deze kalender op gebaseerd is. Welnu, omdenken is een manier van denken en doen, waarbij je kijkt naar de werkelijkheid zoals die is en onderzoekt wat je daarmee zou kunnen. Omdenken benadert een probleem als ruwe energie; frustratie die zijn vorm nog niet gevonden heeft. Je gebruikt de energie van het probleem voor iets nieuws.

Een probleem bestaat uit twee dingen: *feiten en verwachtingen*. Zodra je een tegenstelling ervaart tussen die twee, tussen *wat-zou-moeten-zijn* en *wat-is*, ervaar je iets als een probleem.

Omdenken is fundamenteel anders dan oplossen: daarbij kijk je naar je probleem en probeer je de werkelijkheid weer terug te brengen naar hoe het was voordat je het probleem had: naar *hoe het zou-moeten-zijn*. Omdenken is ook iets anders dan *loslaten*: daarbij laat je juist je verwachtingen los, en verdwijnt het probleem. Wanneer oplossen niet mogelijk is en loslaten niet lukt, dan kun je het probleem misschien omdenken. Maar hoe doe je dat?

Door de feiten en verwachtingen grondig te onderzoeken, kun je de stap maken van ja-maar (het is niet wat het zou móeten zijn en dat is een probleem) naar ja-en (de feiten; het is, wat het is). Vervolgens kijk je welke nieuwe mogelijkheden er ontstaan door de feiten volledig te accepteren, dus volledig 'ja' te zeggen tegen de realiteit. Als je een nieuwe mogelijkheid vindt, heb je je probleem omgedacht.

