

**MAGNEET
WOORDEN
KALENDER**

Augustus
2025

Vooruit

Vanwege de vakantie maak ik deze kalender dit keer ver vooruit. Jullie bordjesinzendingen van juli bewaar ik daarom voor een volgende gelegenheid. Op naar het **Geluid van Vooruit!** Dat is een nieuw mediaplatform dat de aandacht richt op opbouwende ontwikkelingen. Want wat je aandacht geeft, groeit. Zo mee eens. Vooruit met die magneetwoordenkalender.

Jeanine, 11 juli 2025



VRIJDAG

1

AUGUSTUS

What went well

Vandaag is het world wibe web-dag. Merijn Ruis, spreker over de **wetenschap van geluk**, heeft een andere suggestie voor www: what went well. Benoem iedere dag drie dingen die je goed hebt gedaan die dag. Dat kan van alles zijn: je hebt je tandenstokers gebruikt, je nam even 10 minuten rust in de zon, je hebt naar je vrouw geluisterd zonder een oplossing aan te dragen. ☺ Uit het onderzoek naar dankbaarheid onder andere is bekend dat dat werkt: je wordt je bewust van je zegeningen en kwaliteiten en dat vergroot je geluksgevoel aantoonbaar.



ZATERDAG

2

AUGUSTUS

Vlaamse charme

'Bedankt chauffeur dat je kijkt voor je afslaat.' De Vlaamse Stichting Verkeerskunde is een fietsveiligheidscampagne gestart. Ze kiezen voor positieve boodschappen: bedankjes aan fietsers en chauffeurs die rekening met elkaar houden. Zo ook: '**Bedankt fietser** dat je voorrang verleent' of 'Bedankt chauffeur dat je me op veilige afstand passeert'. Complimenten en bedankjes zijn een bewezen techniek voor gedragsverandering. De lezer krijgt een beloning voor gewenst gedrag. Bovendien leest iedereen ondertussen over de geldende norm, zonder een vermanende toon.



ZONDAG

3

AUGUSTUS

Wereld vriendschapsdag

‘Laten we vaker uitspreken wat we voor elkaar betekenen’. Annabel Pieren van The **Happy Squad** organiseert challenges en deze keer is dat: vertel deze week waarom je blij bent met iemand in je leven. Dat kan een vriend of vriendin zijn, maar ook een collega of familielid. Zie deze [LinkedIn-post](#) mét filmpje van Merijn Ruis. (Het is jammer dat ik je mondhoeken niet kan zien als je dit bekijkt.)



MAANDAG

4

AUGUSTUS

Geen WEL zonder NIET

Precies twee maanden geleden vatte Laura van Dolron Het WEL Festival samen. Ze is stand-up filosoof en theatermaker, bekend van onder andere de programma's Liefhebben en Niks Nieuws. Ik noem haar een liefdevolle activist. Ze is boos, maar ook boosheid is **liefde**. Haar boosheid komt voort uit haar liefde voor mens en natuur. Aan het eind van de dag die in het teken had gestaan van WEL, benadrukte ze dat WEL alleen bestaat bij de gratie van NIET. Laura: "Dat wat WEL is verbonden met dat wat NIET. En ik geloof dat je heel wordt als je allebei tegelijk durft te dragen, als je ze allebei ziet. Het licht en het donker. De liefde en de pijn. Ze zijn niet elkaars tegenpolen, denk ik, maar twee zaken die verbonden zijn. Ze dansen een schitterend duet. Iemand zei vanochtend: 'Ik zat gewoon niet lekker in mijn vel'. Daar wil ik meer over horen, want dat is zijn NIET en die ankert zijn WEL."



DINSDAG

5

AUGUSTUS

Nooit te oud om te leven

Er kwam kritiek op de nieuwste Sire-campagne 'Nooit te oud om te leven'. Terecht wat mij betreft. Zie bijvoorbeeld deze [kanttekeningen](#).

Sire wil vooroordelen over 50-plussers ontkrachten. Maar in de commercial doen ze precies het tegenovergestelde: we zien een oudere man onderuitgezakt voor de tv hangen. Er is een 'omgekeerde begrafenis' voor nodig om hem weer tot leven te wekken. Creatief gemaakt, maar dit bevestigt juist de stereotypen. Waarom geen rolmodellen op leeftijd laten zien? Dat doet de inspirerende campagne

PR:OUD Trots op leeftijd, met onder meer een prachtig fotoboek.

Ouder is rijker. Je bewust worden van het probleem brengt je nog geen stap dichterbij wat je wél wilt. Wanneer ziet Sire dit eens onder ogen? Nooit te oud om te leren, toch?



WOENSDAG

6

AUGUSTUS

Technieken toegepast

Babs Asselbergs, medeoprichter van The Customer Experience Game, las het boek Magneetwoorden er schreef daar het volgende [blog](#) over. Met voorbeelden van de zeven technieken voor positieve taal. Zij was al langer overtuigd van **de waarde van je woorden**. Zo stelde ze eerder al voor dat bedrijven die 'mails verwerken' of 'tickets afhandelen', die werkzaamheden anders gaan verwoorden. Als je het noemt 'vragen van klanten beantwoorden', 'klanten van dienst zijn' of 'contact hebben met klanten', dan ga je vanzelf die werkzaamheden anders uitvoeren. Menselijker. Keep up the good work!



DONDERDAG

7

AUGUSTUS

L'appel de Dieu

In de entree van de kathedraal van Troyes viel het oog van Alice Schwartz op een bordje met de volgende mededeling: "Het is mogelijk dat u bij het betreden van deze kathedraal **geroepen wordt** door God. Het is echter niet waarschijnlijk dat Hij contact met u zal zoeken per telefoon. Dus, bedankt voor het uitzetten van uw mobiele telefoon." Ze deed wat er gevraagd werd. En ineens klonk de stilte als een antwoord. Geplaatst als 'Ikje' in NRC van 9 juli 2025



VRIJDAG

8

AUGUSTUS

Geen dank

‘Dankjewel’. ‘Geen probleem.’ We hadden het al eerder over deze merkwaardige trend. Waarom antwoorden op een bedankje met ‘geen probleem’? Die reactie past vooral als iemand bijvoorbeeld excuses maakt. Maar toch niet als je die persoon blijkbaar een dienst bewezen hebt? Ook ‘Geen dank’ komt onaardig over. In het **Deens** doen ze het anders: ‘Dankjewel.’ ‘Jij ook bedankt.’ Dat is inderdaad vriendelijk, én gelijkwaardiger dan ‘Graag gedaan’.



ZATERDAG

9

AUGUSTUS

Hoe stop je pestgedrag?

Tegen een beschuldiging ingaan, werkt meestal averechts. **Hoe dan wel?** Dat laat Brooks Gibbs geweldig zien in deze film: [How to stop a bully?](#)



ZONDAG

10

AUGUSTUS

Dag van de Inzending van Merel Roze

Dit keer een bijdrage van 'onze Merel' op LinkedIn. Over dat je bij ongewenst gedrag beter kunt benoemen wat je wél wilt. Maar hoe doe je dat als je brandgevaar wilt voorkomen in de afvalbakken in het park? Ze fotografeerde: 'Geen hete kolen of wegwerp-BBQ's in deze bak gooien'.

Zie haar [post met daaronder alle suggesties](#). Bijvoorbeeld:

'Gebarbecued? **Laat de kolen helemaal afkoelen** voor je ze weggooit.'

Kijk, dat is handelingsperspectief. Ik antwoordde zelf: 'In dit geval heeft een andere voorziening meer effect, lijkt me, dan andere communicatie.

Een bak waar die kolen en bbq's wél in mogen, een bak die tegen hitte kan. En dan kun je dáár weer over communiceren. Want waar blijf je er anders mee?'



MAANDAG

11

AUGUSTUS

Toeristische route

Een bord langs de weg in Engeland: '**Welcome to** Cornwall. Please try to remove your face from your smart phone to admire the scenery! You won't get a decent phone signal anyway!' Wink.



DINSDAG

12

AUGUSTUS

Olifant

De internationale dag van de olifant grijp ik aan voor een eerbetoon.

Trompetgeschal! De olifant treedt immers op in de bekendste uitspraak over de ontkenning en de werking van de hersenen: ‘Denk niet aan een roze olifant’. Het is de exacte titel van het boek van Sarah Gagestein over framing.

Zij schrijft: “Wie ontkent, erkent. Ontkenningen worden namelijk niet in ons brein opgeslagen.” Als een politicus een misverstand uit de weg denkt te helpen met ‘Ik ben geen marionet van Wilders’, dan verschijnt juist het beeld van de pop aan de touwtjes in ieders gedachten. Hoe vaker je dit hoort, hoe sterker het frame. “En op de lange termijn associeer je de ontkenner met het ontkende.” (Als je overigens wilt weten hoe je van een olifant een mug maakt, kijk dan snel op de pagina 20 augustus.)



WOENSDAG

13

AUGUSTUS

Gezonde blik

‘Je leert kinderen niets over gezond eten door te zeggen dat ze te dik of te dun zijn’, kopte De Correspondent op 9 juli. Kinderen wijzen op hun gewicht bij de GGD-schoolmetingen kan juist verstoord eetgedrag veroorzaken. Een 13-jarige jongen met overgewicht kreeg een grafiek te zien: ‘Mijn lijf viel buiten de norm. Wat eten betreft mocht ik vooral dingen n et. En met mijn lijf moest ik altijd wat. Drie jaar later had ik anorexia.’ Is je BMI (Body Mass Index) de beste maat voor gezondheid? Voor hoe je in je vel zit? Veel jongeren zijn onzeker over hun uiterlijk. Voed je dat niet juist met deze statistieken? Het advies om ‘niet te snoepen’ heeft de GGD overboord gegoooid. De vragenlijsten staan inmiddels stil bij gezond en veilig opgroeien. Ze gaan niet alleen over eten en bewegen, maar ook over stress en financiële problemen. Want juist de omgeving is van groot belang voor hoe een kind zich ontwikkelt. En de jongen? Hij kreeg een **antidieet**: hij ging luisteren naar zijn lijf en ‘intuïtief eten’.



DONDERDAG

14

AUGUSTUS

No Excuses

The No Excuses Lady, Esther Jacobs, werd 50 jaar en vierde dat met een eigen theatervoorstelling. Ze was één van de eerste digitale nomaden en bewandelde een bijzonder pad. Een van de levenslessen die ze deelde: 'Luister niet naar mensen die zeggen dat het niet kan.

Luister naar mensen die het al doen.'



VRIJDAG

15

AUGUSTUS

Wel rennen op de gang

‘Niet rennen op de gang.’ De zin die zo gewoon is op de basisschool. Op de Frederiksbjerg School in Aarhus, Denemarken, denken ze daar anders over. Dit is de meest **beweegvriendelijke school** ter wereld. Het gebouw moedigt leerlingen aan om gedurende de hele dag actief te zijn. Met bijvoorbeeld klimwanden naar de volgende verdieping, trampolines en veel speeltoestellen binnen en buiten. En een sprintbaan op de gang. Want onderzoek suggereert dat fysiek actieve leerlingen meer gefocust zijn en beter presteren op school. Vincent Luyendijk schrijft erover in zijn boek [De fijne stad](#): “Als we bewegingsarmoede willen tegengaan moeten we de norm veranderen. Benadrukken wat we graag zien, in plaats van dingen verbieden.” Zie zijn [LinkedIn-post](#) met foto’s.



ZATERDAG

16

AUGUSTUS

Douchedeuntjes

In de douche van het vakantiehuis op park De Klepperstee hangt een 'Douchewekker' met een QR-code. De instructie: 'Scan QR-code. Kies nummer. 1x douche = 1 nummer'. Via de code kom je bij een **Spotify-playlist** met songs van een bepaalde lengte. Prima hulp om 'bespaar water' in praktijk te brengen en de dag vrolijk te starten.

Door: Ilse Terpstra-Eggenkamp op LinkedIn



ZONDAG

17

AUGUSTUS

Ruststokers

Een geweldige naam voor 'minder druk' leren zijn. We denken allemaal dat we nóg meer moeten doen. Bij Ruststokers zeggen ze: het draait om **focus**. Aandacht voor de juiste zaken, minder afleiding en daardoor meer gedaan krijgen van wat echt belangrijk is. Ze hebben daar een bewezen programma voor, gebaseerd op neurowetenschappelijke inzichten. "Je brein heeft simpelweg niet de capaciteit om deze grote hoeveelheid prikkels te verwerken." Minder stress ervaren en meer rust? Het kan. En dat positieve namen ook de aandacht kunnen trekken, dat bewijst Ruststokers. Een op-en-top-magneetwoord.



MAANDAG

18

AUGUSTUS

Hartjesdag

Wat krijg je als je op Google intypt 'Ik hartje...'? Bij mij vult de **vindmachine** achtereenvolgens aan: ik hartje lezen, ik hartje mama, ik hartje jou, ik hartje de wereld, ik hartje eten. Hoe is dat bij jou?



DINSDAG

19

AUGUSTUS

Dan ben je een grote

Gedragsbureau Inspire to Act ontwikkelde een campagne voor gemeente Veenendaal om straatintimidatie tegen te gaan. Onder meer met streetgraffiti, bierviltjes in de horeca en posters bij scholen en verenigingen. Ik was meteen alert, want vaak bevestigen dergelijke campagnes het verkeerde gedrag door intimiderende uitingen te herhalen. Deze niet. We zien een jongeman met een speen in zijn mond. De slogan: 'Met straatintimidatie kleiner je vooral jezelf. Stop ermee. Dan ben je een grote.' De gedragstechniek die hierachter zit: negatieve bekrachtiging van het ongewenste gedrag. Mensen lastig vallen is kinderachtig. Tegelijkertijd laat een filmpje op sociale media het gewenste gedrag zien, de sociale norm vanuit de ingroup: vrienden van een dader grijpen in. Precies: **inspire to act**.



WOENSDAG

20

AUGUSTUS

Krijg de muggen beet!

Van de olifant naar de mug. Het is vandaag Wereld Muggendag. Volgens de organisatoren is het de bedoeling dat we 'niet stilstaan bij de mug, maar bij alle problemen die ze voortbrengen'. Eén van de hashtags is daarom #EndMalaria. Missie: een malariavrije wereld waarin 'no child dies from a mosquito bite'. Hoe kunnen mensen zich beter beschermen hiertegen? Ik herdoop deze dag hierbij tot wereldwijde

Muskietennetdag.



DONDERDAG

21

AUGUSTUS

Optimeerders

Kun je optimist zijn in deze wereld? Dat vraagt Eerste Kamerlid en Denker des Vaderlands Daan Roovers zich af bij [omroep Human](#). We hoeven de monsters van deze tijd niet te ontkennen. Optimisme veronderstelt een actieve houding. Ze haalt collega-filosoof René Gude aan: "Optimisme is naar zijn idee niet gebaseerd op het naïeve idee dat de wereld goed is zoals die is. Optimisme betekent ook niet dat je mag verwachten dat alles uiteindelijk wel goed zal komen. Het betekent dat je de wereld beter kunt maken, kunt optimaliseren." We kunnen daarom volgens haar beter spreken van 'optimeerders' dan van 'optimisten'. Laten we het beest recht in de bek kijken, ons uitspreken en ons verenigen. Laten we de **wereldverbeteraar in onszelf** en elkaar herkennen en aanspreken.



VRIJDAG

22

AUGUSTUS

Toverformule

Jawel, er bestaat zelfs een dag van de **tandenfee**. Die tovert een verrassing tevoorschijn voor kinderen die een tand of kies gewisseld hebben en die onder hun kussen leggen. Het is misschien een formule om ook de mogelijke angst voor pijn en bloed weg te toveren? Dat doet me denken aan een tandarts voor kinderen in Den Haag. Op de pui staat in grote letters 'Tandenfeest'.



ZATERDAG

23

AUGUSTUS

Kleurrijke dag

Online lees ik 'De slavenhandel is een **zwarte periode** uit onze geschiedenis.' Haha, ik weet niet of ik die woorden zou kiezen. Vandaag is het de 'Dag ter herinnering aan de slavenhandel'. En het mooie is: er wordt tussen haakjes aan toegevoegd 'en de afschaffing ervan'.



ZONDAG

24

AUGUSTUS

Magic Words

Zo heet het boek van Jonah Berger. Hij wijst bijvoorbeeld op het verschil tussen 'I can't' en 'I don't'. Heb je moeite om je aan je voornemens te houden of om verleidingen te weerstaan? Vervang dan 'I can't' door 'I don't'. Bijvoorbeeld: 'I don't eat sweets right now.' Daardoor voel je je meer zelf aan zet, in plaats van dat je gedrag door iets of iemand buiten jezelf is opgelegd. Deze woordkeus vergroot je **empowerment**. In het Nederlands bijvoorbeeld: 'Ik mag geen snoep' (maar ik zou het wel willen) versus 'Ik neem geen snoep' (een keuze waar ik achter sta). Voel je het verschil?



MAANDAG

25

AUGUSTUS

Horizonverfraaiing

Een bordje voor toeristen in de hoofdstad: 'Welcome to Amsterdam.

When it's **hot**, please dress for the body you have, not the body you want. Thanks!'



DINSDAG

26

AUGUSTUS

Zin van de Dag

Ken je de podcast en het gelijknamige boek van filosoof Stine Jensen?

De prachtigste spreuken komen voorbij. Zelf haal ik graag deze aan: 'The secret of change is to focus all of your energy not on fighting the old, but on **building the new**.' Toegeschreven aan een andere filosoof, Socrates.



WOENSDAG

27

AUGUSTUS

Exit/stay

Een spreuk op de timeline van Rob Visser over de exitgesprekken die veel organisaties voeren met werknemers. Goed om van te leren natuurlijk, maar waar kun je nog meer de **schijnwerper** op richten? 'Stop conducting exit interviews to understand why people leave. Start doing stay interviews to understand why they're still here'.



DONDERDAG

28

AUGUSTUS

Verboden verboden

'Interdit d'interdire' stond er grappend op een bordje in de etalage van een gadget-winkel in Parijs. Verboden te verbieden. Daar moest ik aan denken toen ik even later een food hall bezocht in de buurt van Gare du Nord. Er was een boekenexpositie in die hal. Daarbij het zwaaiende vingertje: 'Don't touch please'. Met gelukkig een toevoeging over **wat wél de bedoeling is** als je geïnteresseerd bent in zo'n boek: 'Ask for it at the bookshop'. Niet alleen 'interdire' dus maar ook 'dire'.



VRIJDAG

29

AUGUSTUS

De VN viert...

De Verenigde Naties willen aandacht voor de schadelijke gevolgen van kernproeven en pleiten voor een einde aan nucleair testen. Daarom roepen ze deze dag jaarlijks uit tot de Dag tegen kernproeven. Dit soort dagen worden verzameld op **issuekalenders**. Ik kwam deze specifieke dag tegen op de site 'FijneDagVan.nl'. Een ontploffing in mijn hoofd: 'fijne dag van' naast een foto van een kernexplosie.



ZATERDAG

30

AUGUSTUS

Wettig/onwettig

De Tweede Kamer nam begin van de zomer een nieuwe asielwet aan.

Daarna buitelde iedereen in mijn bubbel over elkaar heen: wordt het echt strafbaar om **mensen te helpen** die tijdelijk geen papieren hebben?

Merk op dat ik niet kies voor de term 'illegalen'. Want kunnen mensen illegaal zijn? Iemand citeerde na de behandeling van de wet de Deense beeldhouwer Jens Galschiøt. Die stelde: 'Als wetten onmenselijk worden, is het een plicht om onwettig te zijn.'



ZONDAG

31

AUGUSTUS

Magneetwoorden in de praktijk

Tijdens mijn magneetwoordentournee leer ik enorm hoe je de positieve taal kunt toepassen in verschillende werkvelden. De komende maanden staan er workshops en lezingen gepland bij de Stichting Klimaat-gesprekken, op de Communicatiejaardag van het ministerie van IenW, tijdens een schoolleidersconferentie en bij woningcorporatie Zuid West Wonen. Ik kijk ernaar uit! Als kalenderabonnees horen jullie als eerste van de **woordvondsten**. Tot in september voor jullie volgende shot positieve taal.

Heb je ook een goede omkering naar positieve taal? Mail jeanine@magneetwoorden.nl En wil je dat ik meedenk over een casus op je werk of jullie de technieken bijbreng tijdens een workshop of lezing? Je vindt de mogelijkheden op magneetwoorden.nl

Waarom en hoe magneetwoorden werken? Je leest het in het boek 'Magneetwoorden; ontdek de aantrekkingskracht van positieve taal' van Jeanine Mies (Haystack, 2024).

