



La semaine idéale

Une partie importante de votre réussite tient à votre organisation. Pourquoi ?

Une bonne organisation préserve :

- votre énergie
- votre motivation
- votre régularité
- votre enthousiasme
- votre sentiment d'avancer

Et bien d'autres choses encore

Travailler depuis la maison

LES REGLES D'OR

Avoir des plages de travail claires, définies.

Avoir communiquer ces plages à son entourage.

Avoir organiser si nécessaire des modes de garde pour les enfants pour préserver ces plages.

Avoir au minimum un « coin à soi » pour travailler autre que la table du salon ;-). Je sais... je suis passée par là.

Faire de « vraies » pauses : étendre la machine ou faire la liste des courses ne comptent pas comme un pause !

Fixer vos horaires

La toute première chose à faire pour fixer vos horaires est de commencer à l'envers.

On a toutes tendance à penser qu'on doit travailler au moins autant et sur les mêmes horaires que lorsqu'on était employée.

Eh bien non ! Vous créez votre activité, pour que vous soyez la plus efficace et épanouie possible, elle doit s'adapter à votre rythme.

1. Prenez votre agenda de la semaine (ou le document AGENDA HEBDOMADAIRE)

2. Commencez par rayer les plages où vous NE travaillez PAS : samedi, dimanche, soirée ou encore, mercredi après-midi etc...
3. Rayez les plages où vous avez besoin d'être disponible pour votre famille, vos enfants.
4. Regroupez vos activités par thème.
Ex : écrire des articles de blog, recevoir les clients, préparer des actions de vente, autres...
5. Programmez des plages horaires en fonction de vos groupes d'activité.
Par exemple : le mardi : séance client, mercredi matin préparation de la newsletter...
Pensez à réserver 1 journée au moins pour votre marketing et votre communication.

L'avantage de regrouper les activités est de vous permettre de mieux vous concentrer et d'avancer plus efficacement.

En effet, si vous commencez une tâche et que vous vous arrêtez pour recevoir un client puis que vous reprenez pendant une demi-heure, puis que vous arrêtez à nouveau pour une autre tâche, il sera plus difficile de vous concentrer et de mener vos actions à bien.

Votre semaine idéale vous permet-elle de prendre soin de vous ?

Prenez le temps de regarder la semaine type que vous avez créée.

- Est-ce qu'elle vous enthousiasme ? Est-ce qu'elle respecte votre rythme ?

Personnellement, je ne pourrais pas écrire d'articles de blog en fin d'après-midi. J'ai donc fixé les actions d'écriture le matin.

- Vous êtes-vous laissé du temps pour le repas de midi et pour des pauses ?

- Avez-vous inclus des plages pour les activités qui vous ressourcent : sport, méditation, créativité etc...

- pourrez-vous maintenir cette organisation dans le temps ?