

Gestion de votre horaire

Petit **guide**-Suggestions!

Pour construire le plan de match de vos semaines (voir l'exemple plus bas)

Au cours de votre semaine, assurez-vous d'avoir du temps pour :

- Courriels
- Téléphone
- Site web
- Développement de nouveautés (pas applicable à tous): Webinaire, IBOOK, Forfaits, livres...
- Repos
- Exercice
- Temps pour les imprévus
- Comptabilité
- Loisirs
- Formation ou apprentissage
- Vente – Promotion – Développement des affaires
- Retour et planification (vendredi)

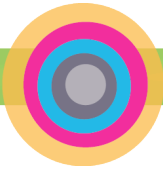
- Actions en lien direct avec votre projet (si vous donnez des formations, allouez du temps pour donner votre cours. Si vous faites du coaching, des plages horaires seront nécessaires pour voir vos clients. Si vous êtes photographe, vous aurez à prendre des photos, faire les retouches et envoyer le tout à votre client).

- Si vous avez un adjoint(e)/représentant(e)/employé(e):
Voir avec cette personne quel est le meilleur moment pour déléguer! 😊

- VENDREDI (30 min) retour-bilan-planification prochaine semaine

- Vous pouvez y inscrire votre temps de ménage, classage, épicerie. Plus c'est clair, mieux c'est!

MÉMO: Souvent, on oublie de noter le temps de déplacement TRÈS IMPORTANT! Ça peut changer la donne. Cinq à dix déplacements bousculent vite notre grille, je l'ai expérimenté. Ha! À éviter... totalement!

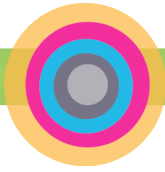


Conseils pour votre grille:

- Imprimez une feuille de couleur et mettez-la près de votre bureau
- Imprimez une autre feuille, vierge celle-là, et évaluez si vous respectez vos actions
- Si vous rencontrez des imprévus, vous pouvez toujours changer un carreau pour un autre
- Idéalement, on doit s'en tenir à notre feuille de route de départ. Chaque mois, évaluez si cette grille est toujours correcte. Vous aurez à faire une multitude de tests avant de trouver votre grille presque parfaite. Savez-vous combien de fois je l'ai changée ? Plus d'une quinzaine ! Selon le cas, notre énergie peut être davantage présente le matin, le midi ou le soir. Observez votre motivation et votre concentration à ces différents moments. Relevez aussi votre pep : en début ou en fin de semaine ? Travailler à son compte est la meilleure façon de se découvrir réellement, et ça varie aussi selon les saisons, ou selon le développement de votre entreprise!


Conseils de vie pour le travailleur autonome

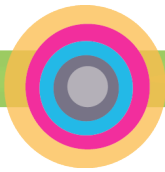
- Classement efficace de la paperasse
- Bon équilibre entre AVOIR, ÊTRE et FAIRE
- Organiser sa semaine en visant le plus possible une semaine idéale



Ma semaine **IDÉALE**... Ressemblerait à quoi exactement?

Heure	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
5h00							
5h30							
6h00							
6h30							
7h00							
7h30							
8h00							
8h30							
9h00							
9h30							
10h00							
10h30							
11h00							
11h30							
12h00							
12h30							
13h00							
13h30							
14h00							
14h30							
15h00							
15h30							
16h00							
16h30							
17h00							
17h30							
18h00							
18h30							
19h00							
19h30							
20h00							
20h30							
21h00							
21h30							
22h00							
22h30							
23h00							
23h30							

Mémo: Je vous invite à prendre des crayons de couleurs pour vos différents blocs.  Janic Losier

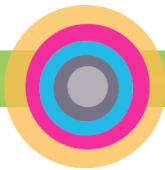


Ma semaine **ACTUELLE**... Ressemble à quoi concrètement?

Heure	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
5h00							
5h30							
6h00							
6h30							
7h00							
7h30							
8h00							
8h30							
9h00							
9h30							
10h00							
10h30							
11h00							
11h30							
12h00							
12h30							
13h00							
13h30							
14h00							
14h30							
15h00							
15h30							
16h00							
16h30							
17h00							
17h30							
18h00							
18h30							
19h00							
19h30							
20h00							
20h30							
21h00							
21h30							
22h00							
22h30							
23h00							
23h30							


Mémo: Je vous invite à prendre des crayons de couleurs pour vos différents blocs.

 Janic Losier



Enfin ! S'organiser... Pour ne pas que la vie nous organise!

Heure	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
5h00							
5h30							
6h00							
6h30							
7h00							
7h30							
8h00							
8h30							
9h00							
9h30							
10h00							
10h30							
11h00							
11h30							
12h00							
12h30							
13h00							
13h30							
14h00							
14h30							
15h00							
15h30							
16h00							
16h30							
17h00							
17h30							
18h00							
18h30							
19h00							
19h30							
20h00							
20h30							
21h00							
21h30							
22h00							
22h30							
23h00							
23h30							

Mémo : Je vous invite à prendre des crayons de couleurs pour vos différents blocs.  Janic Losier

Essayez de @andre.lavertue sur notre page copier, mais plutôt de rediriger les gens vers mon site internet . Merci beaucoup! www.janiclosier.com