



Opdrachten

1. Zet de verschillende werkzaamheden in een excel formulier
2. Noteer hoeveel tijd elke activiteit kost
3. Hoeveel levert deze activiteit jouw op, noteer een bedrag in euro's
4. Wees eerlijk, levert deze activiteit energie op? Of kost het jou energie?

Bekijk nu welke activiteiten geld en/of energie kosten en zoek in jouw netwerk een geschikte specialist.

Hou hierbij in je achterhoofd dat mensen jou als expert inzetten. Ze betalen voor jouw kennis, ervaring en coaching skills. Je bent het jezelf en jouw business verschuldigd om ook te investeren experts, wat zal resulteren in groei.

Het gaat om de (dagelijkse) effort, het nemen van verantwoording in mooie- en pittige tijden. Het creëren en onderhouden van een gezonde relatie met voeding, sport, bewegen en ontspanning. Het vinden van de harmonie tussen jouw carrière, gezinsleven en vrije tijd.

Wanneer jij deze pijlers op “orde” hebt, zul je energie overhouden en kun je jouw klanten op de best mogelijke manier coachen.