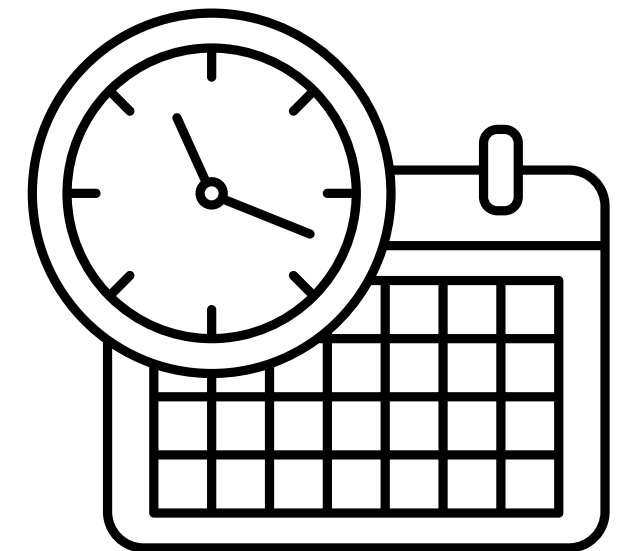


Tips om te plannen

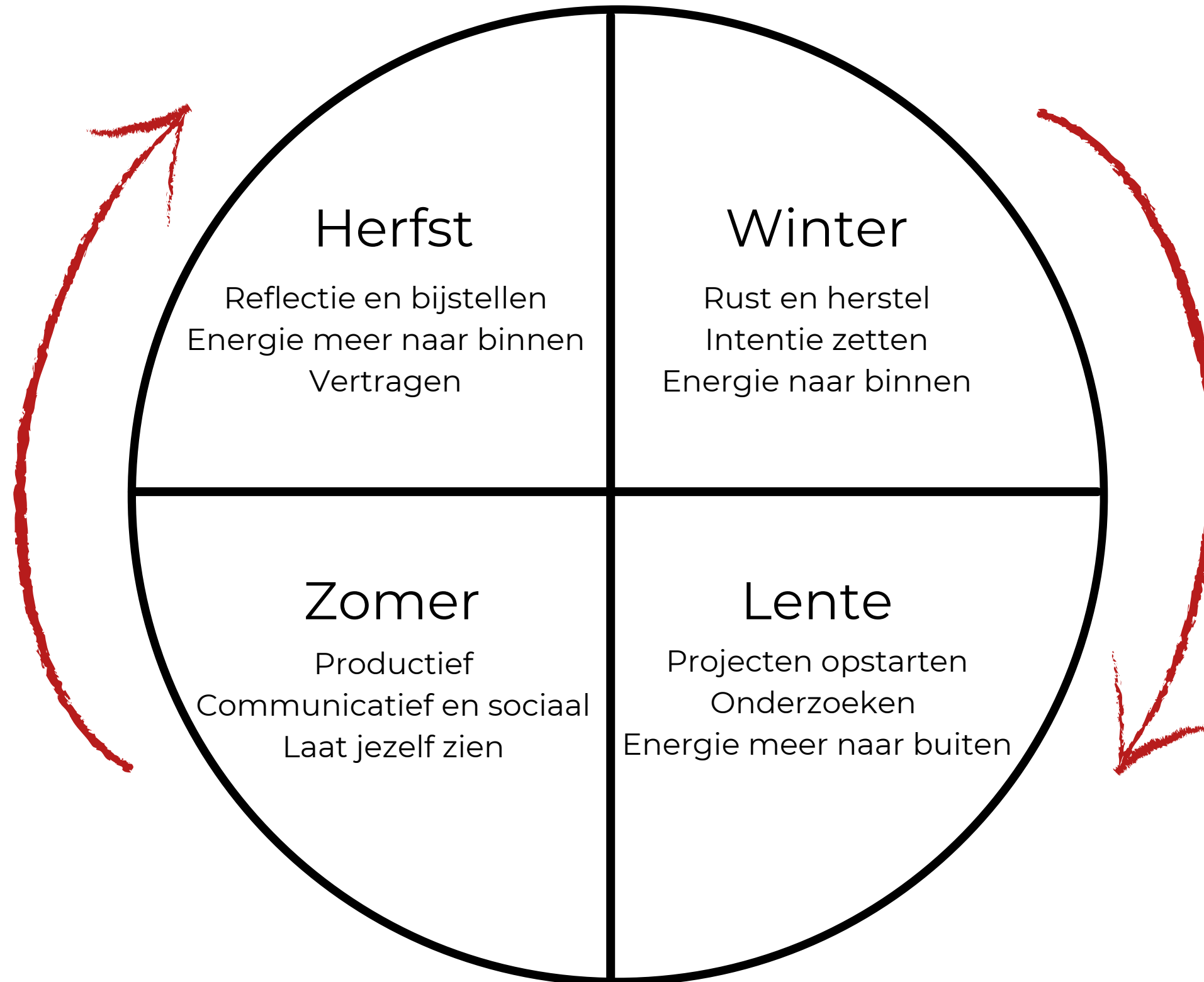
- Cyclus bijhouden
- Intentie - opstarten - doen - reflectie
- Gebruik 1 systeem
- Plan ALLES (begin met jezelf)
- Plan realistisch (evt met takenlijst)
- Creëer "*ditjes & datjes*" ruimte



Aan de slag!

- Deel A4 op in 4 vakken
- Schrijf al je activiteiten apart op een post-it
- Plak post-it bij juiste fase

Menstruatie



Ovulatie

Artikel
schrijven

Yoga les

Extra vrije
dag

Pers.
ontw.

Cursus
opzet
uitwerken

Onderzoek
artikel

Onderzoek
artikel

Nieuw lead
bellen

Podcast
interview

Boek
lezen

Video's
cursus
opnemen

Klant
gesprekken

Presentatie
Ziekenhuis

Cursus
verder
uitwerken

Artikel
schrijven

Netwerk
event

3 x
sporten

Social
media
batchen

Meal
preppen

Admin.

Massage

Winter

Artikel
schrijven

Yoga les

Extra vrije
dag

Pers.
ontw.

Lente

Zomer

Herfst

Winter

Artikel
schrijven

Yoga les

Extra vrije
dag

Pers.
ontw.

Lente

Cursus
opzet
uitwerken

Nieuw lead
bellen

Onderzoek
artikel

Podcast
interview

Onderzoek
artikel

Zomer

Video's
cursus
opnemen

Klant
gesprekken

Presentatie
Ziekenhuis

Meal
preppen

Netwerk
event

3 x
sporten

Social
media
batchen

Herfst

Cursus
verder
uitwerken

Artikel
schrijven

Admin

Boek
lezen

Massage

- Wat valt je op?
- Waar mag je in het vervolg meer rekening mee houden?