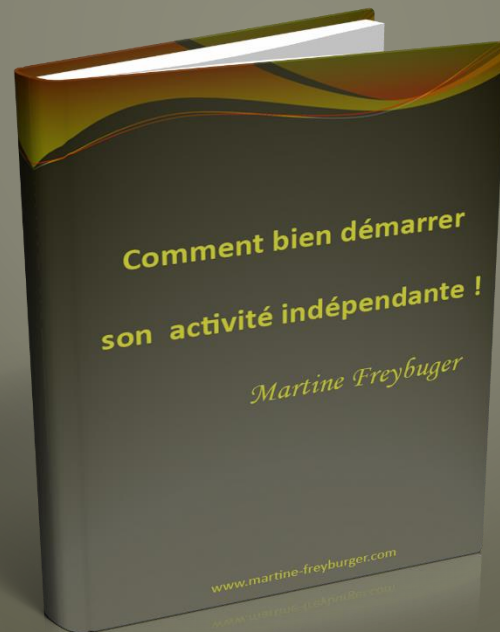


Comment bien démarrer son activité indépendante !



Sommaire

- Etre entrepreneur(e) indépendant(e) : est-ce une bonne idée ?
- Qui suis-je pour vous donner des conseils ?
- Où en êtes vous ? Que voulez- vous ?
- Comment faire lorsqu'on se sent « coincé(e) » dans une situation ?
- Mes 5 clés pour amorcer le changement
- Envie de faire le pas suivant ?
- A propos de cet e-book

1. Peut-on vraiment choisir la vie que l'on veut ?

Mon envie d'avoir une activité indépendante ne date pas d'hier. Certes j'ai déjà une entreprise avec mon conjoint, mais... ce n'était pas tout à fait ce que je voulais. ;-)

Alors par commodité ou par conformisme, je repoussais mon rêve d'avoir une activité indépendante.

Ce que je faisais par contre était me former, l'intérêt que je portais à différents domaines était le plus fort. De nature curieuse, j'ai eu envie d'aller plus loin dans les domaines qui m'intéressaient.

N'oublions pas que les mêmes causes engendrent les mêmes effets, donc, si je veux des choses différentes....il m'appartient de changer ce qui ne me convient plus.

Il est, tout d'abord, utile de clarifier ce que l'on veut vraiment, un premier pas pour aller plus facilement vers son but 😊

Alors, si vous avez un rêve, un projet que vous remettez àplus tard...il est peut-être temps de vous pencher sur la question !



2. Qui suis-je pour vous donner des conseils ?

Grâce à ma formation comptable, l'aspect administratif d'une entreprise n'est pas source d'inquiétude pour moi, bien au contraire.

Etre à la tête d'une entreprise avec son conjoint présente bien des avantages : les différents points de vue sont pris en compte, toutes les décisions sont prises en commun, les connaissances de l'un viennent compléter le savoir-faire de l'autre, etc...

A cela j'ai rajouté des formations qui m'ont permis d'intégrer un aspect plus subtil dans la manière de diriger une entreprise.

Une manière qui prend en compte la personnalité du dirigeant et de ses aspirations, en respectant avant tout ce qui est source de bien-être dans sa vie.

Ca vous parle ? ☺

C'est donc riche de tous ces aspects que j'ai décidé de me lancer dans l'aventure : le côté comptable, structuré, organisé et l'aspect plus subtil qui me ressemble : l'écoute, le respect du rythme de l'autre, l'adaptation à la vie de la personne qui a le projet, etc...

Il y a les domaines connus qui nous sont familiers, il ne s'agit pas de tout chambouler, mais bien d'y aller à son rythme, pas à pas, en fonction de son projet.

Grâce à toutes ces expériences acquises au fil des ans et dans différents domaines, j'ai envie de vous dire : **OUI !** vous pouvez réaliser votre rêve, avoir l'activité indépendante qui vous ressemble avec joie et passion !



3. Si je vous demande aujourd'hui : « Où en est votre projet ? »

Et que vos réponses ressemblent à ça :

- je n'ai pas le temps
- c'est trop tôt ou trop tard ;-)
- j'ai peur de laisser mon job actuel (même si je m'y sens pas ou plus bien)
- d'autres personnes font déjà cette activité
- je ne suis pas assez formé(e)
- ça va coûter beaucoup d'argent



Voici ce qui se passe quand vous restez dans cette situation :

- Vous vous sentez frustré(e)
- Vous avez le sentiment d'être coincé(e), à l'étroit
- Vous acceptez une foule d'obligations (les « il faut » « je dois »)
- Vous laissez les autres décider
- Vous êtes résigné(e)
- Vous vous adaptez à la situation
- Vous êtes triste
- Vous vous sentez coupable d'avoir des rêves
- Vous vous sentez seul(e)
- Et cela se termine par un gros soupir : tout ça n'est pas pour moi !

Votre objectif ressemble-t-il à cela ?

- j'ai mon activité indépendante
- je transmets (j'enseigne, je propose) ce qui est important pour moi et qui m'a servi pour avancer dans la vie
- mes clients adorent travailler avec moi
- je suis reconnu(e) dans mon activité
- j'ai confiance en mes talents, je suis enthousiaste
- j'ai les rentrées d'argent qui me permettent d'avoir ma vie rêvée
- j'ai la vie qui me ressemble !





Avez-vous le sentiment
d'être limité(e) ?



**Alors changer oui,
mais changer quoi ?**



Votre rêve ressemble-t-il à
cela ?





Martine Freyburger Coach en Création d'Activité Indépendante

J'aide les personnes qui veulent avoir leur activité indépendante à concrétiser leur projet, en respectant leur rythme, pour réaliser leur rêve !

Faire ce qui nous passionne est déjà une réalisation et source de joie !

PENSEES DIFFERENTES → RESULTATS DIFFERENTS

Et si c'était le jour pour oser franchir le pas, et faire le saut ?



Voici **mes 5 Clés** pour amorcer le changement :

Retrouvez des moments de ressourcement, un peu chaque jour.

Qu'est-ce qui vous aide à vous sentir bien ? Respirer en conscience dans la nature? Faire une activité qui vous détend (sportive, créative..)? Ecouter une musique qui vous fait du bien? Lire un livre?

Ce sont tout simplement des rendez-vous avec vous.

Simple me direz-vous, oui, **simple et puissant, parce que c'est votre choix.**

Vous travaillez chez vous ? C'est quoi la note positive dans votre journée qui vous fait du bien ?

Vous prenez la voiture ? Ecoutez une musique qui vous fait du bien (à la place des infos ;-)

Vous avez un chat, un chien ? Prenez quelques instants pour jouer avec votre animal préféré, c'est un bon moment !

Clé n°1 : Je me respecte en douceur, je vais à mon rythme

Quand on souhaite développer son activité, rien de plus « facile » que de se mettre la pression.

Vous connaissez ? Et bien souvent la personne qui nous en demande le plus c'est ... nous-même !

Si ce n'est pas déjà fait, offrez vous un bel agenda qui vous plaît, dans vos couleurs préférées et prenez un court moment en fin de semaine (de préférence) de noter dans votre agenda les différentes tâches à venir et vérifiez ce qui est urgent, important, et ce qui peut attendre un peu.

Amusez-vous avec des couleurs différentes pour les différentes activités, votre agenda sera multicolore !

Et vous pouvez même utiliser des feutres colorés et effaçables – il y a parfois des imprévus !

Clé n°2 : Je bloque du temps chaque jour pour développer mon activité

Lorsque l'on choisit d'avoir une activité indépendante, quelle que soit notre situation actuelle (que l'on ait déjà un emploi ou que l'on soit en pause professionnelle) inutile de tout révolutionner.

Ce qui me paraît important c'est de s'occuper de son activité **chaque jour pendant 30 minutes** (ou un peu plus 😊)

S'occuper de son activité c'est faire un pas de plus pour la développer. Votre objectif est que votre activité vous permette de vivre la vie dont vous avez envie, donc il vous faut des clients, et ces 30 minutes sont consacrées à cela. Reprendre contact avec une personne, passer un coup de fil, revoir le site internet, s'occuper des comptes...

Un petit pas chaque jour dans votre activité va vous faire avancer très vite sans que cela vous paraisse insurmontable !

Clé n°3 : Je prends conscience de mes atouts

Si vous vous sentez poussé(e) à créer votre activité indépendante, ce n'est pas par hasard ; c'est que vous avez des capacités qui ne demandent qu'à être mises en avant. Nous banalisons souvent les talents que nous possédons et je vous invite à faire une pause pour « regarder » quels sont tous vos atouts. Ils vous ont déjà été utiles jusqu'ici 😊

Des atouts tels que le courage, la persévérance, l'écoute, la curiosité...
Ce sont des talents qui vont venir soutenir votre activité car ils sont fort utiles lors de votre progression.

Il ne s'agit pas d'être nombriliste mais de prendre la mesure à quel point vous avez déjà, dans le parcours qui est le votre, apporté la preuve que d'autres événements de votre vie vous ont permis de prendre conscience de ces forces en vous.

Faites la liste des talents que vous avez déjà développés jusqu'ici et félicitez-vous !

Clé n°4 : Je nourris mon sentiment de gratitude

Développer son activité demande du courage et de la persévérance. Une clé importante pour rester focalisé(e) sur notre but est de prendre la mesure de tout ce qui est déjà là.

Nourrir un sentiment de gratitude pour tout ce qui est déjà là, vos capacités professionnelles bien sûr et également l'environnement dans lequel vous vivez, ainsi que les personnes qui vous entourent et qui vous aident à porter votre projet.

Profiter de chaque petite occasion : une personne qui me fait un sourire, un enfant qui s'amuse, un paysage qui est beau, un mail d'un(e) ami(e), un post rigolo sur Facebook... ce sont autant d'occasion, au fil de la journée, de dire : **Merci !**

Clé n°5 : Je m'entoure des bonnes personnes

Les personnes qui nous soutiennent sont indispensables à notre réussite.

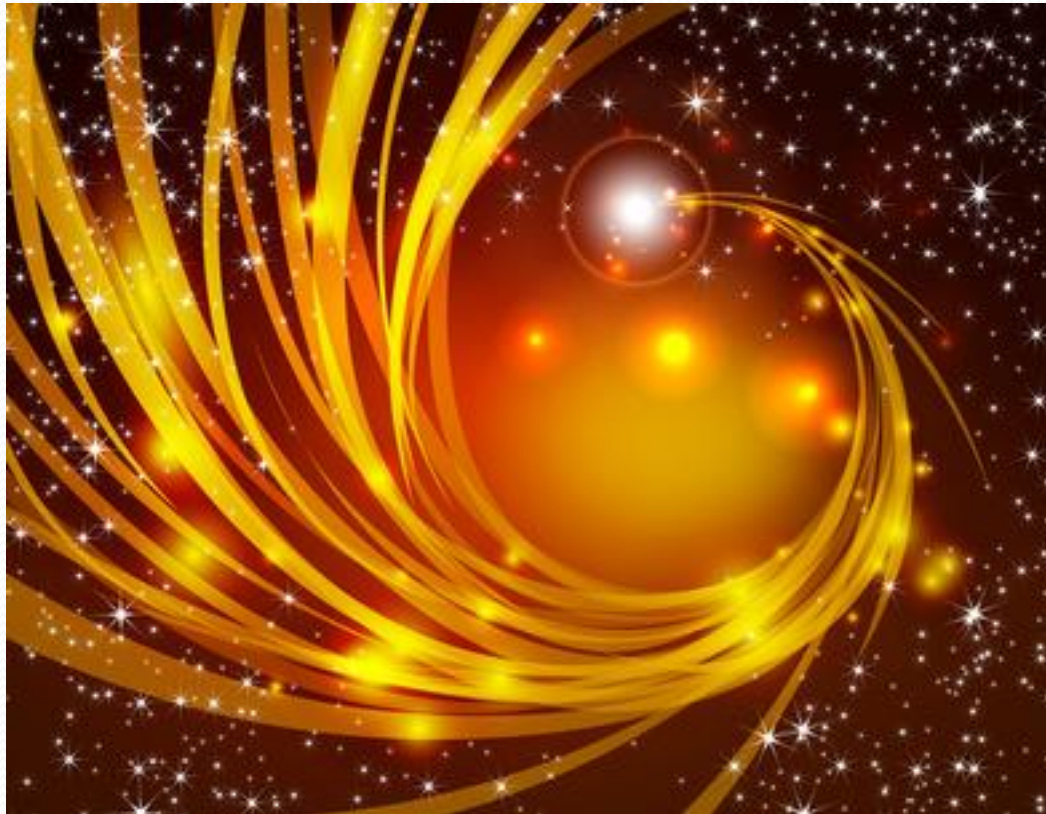
Beaucoup de personnes veulent créer leur propre emploi, être autonome et sortir du système où elles se sentent un peu à l'étroit.

Ce sont des nouveaux modes de fonctionnement et cela peut déstabiliser. C'est pour cela que de s'entourer de personnes qui sont dans le même type de démarche et qui parlent le même langage nous fait nous sentir moins seul et les idées développées peuvent être utilisées dans différents domaines.

Et vous ? Vous sentez-vous soutenu(e) dans votre projet d'activité indépendante ?

Si ce n'est pas le cas, entourez-vous le plus possible de personnes qui croient en vous !

Envie de faire le pas suivant et de vous lancer dans l'aventure ?



Si vous êtes prêt(e) à passer du rêve à la concrétisation, je vous propose plusieurs options sur mesure :

- je profite de rencontres gratuites avec d'autres personnes (en direct ou en ligne) pour évoquer les difficultés que je rencontre dans le développement de mon activité
- une demi-journée d'Exception pour faire une pause et ensuite passer à l'action de manière indépendante
- une journée Intense de Transformation parce que je suis vraiment décidé(e) à avancer, et avoir des éléments concrets avec un objectif précis
- je suis intéressé(e) par le Programme Départ (2 sessions par an), avec un suivi à la fois personnalisé et accompagné(e) par un groupe, je veux en savoir plus.

Vous trouverez tous les détails sur mon site : www.martine-freyburger.com

Si vous êtes prêt(e) à passer du rêve à la concrétisation, ce serait un plaisir et un honneur pour moi de vous accompagner sur le chemin de la réussite de votre activité indépendante.

Bien plus que la réussite d'une activité, vous trouverez de l'enthousiasme à faire ce que vous aimez, à vous sentir épanoui(e).

Alors, une conversation avec moi ça vous dit ?

Je vous propose une conversation gratuite de 30 minutes (par téléphone ou par skype) pour mettre en avant vos points forts et voir ensemble quel serait le pas suivant pour vous. Réservez votre entretien, voici l'adresse mail : martine.freyburger.coach@gmail.com

Je vous remercie d'avoir pris le temps de me lire et je me réjouis de vous rencontrer pour vous aider dans votre projet.

A propos de cet e-book

Vous pouvez, si vous le souhaitez, partager cet ebook gratuitement à toute personne.

Vous pouvez également l'offrir en téléchargement, sans aucune modification, sur mon site : www.martine-freyburger.com

Cela reste un produit gratuit, et il n'est pas autorisé de le proposer à la vente, ni en version papier, ni en version téléchargée.

La modification du texte n'est pas autorisée.