



UNIUNEA EUROPEANĂ



Reteaua Antreprenorilor Regionali este o comunitate business. Intalnirile de networking contribuie la dezvoltarea cunostintelor si la creerea de noi relatii business.

La baza networkingului stă acțiunea fiecaruia în folosul celorlalți, pentru ca la final, toți membrii unui grup să primească ceea ce caută: oportunități de creștere a afacerii lor.

MIERCURI , 23 DECEMBRIE 2020

Orele- 16:00, 17:00, 18:00, 19:00

Locatia: Centrul Regional de Consiliere Business

Adresa: Municipiul Craiova, judetul Dolj.

Agenda intalnirii:

- ❖ Inregistrarea participantilor
- ❖ Sesiune de prezentare a produselor/serviciilor fiecarui antreprenor
- ❖ CUM SĂ FII MAI PRODUCTIV?
- ❖ Networking liber

Ce castigi daca participi la INTALNIRI DE NETWORKING:

- Afli ce inseamna recomandarile calificate
- Iti prezinti afacerea in fata potentialilor clienti si/ sau parteneri
- Inveti din experiente de business din multe domenii de activitate
- Incepi sa contruiesti relatii pe termen lung



UNIUNEA EUROPEANĂ



CUM SĂ FII MAI PRODUCTIV?

Atunci când ai propria ta afacere este foarte ușor să cazi în capcana de a considera că pentru a avea succes trebuie să lucrezi non-stop și să te ocupi singur de toate problemele apărute. Dacă aloci întregul tău timp și energie doar muncii, resursele tale se vor epuiza curând. De aceea găsirea metodelor potrivite pentru a deveni mai eficient poate fi esențială pentru afacerea ta pe termen lung și pentru menținerea unui echilibru cu viața personală.

- Fii organizat

Alcătuiește în fiecare seară o listă cu lucruri de rezolvat pentru ziua următoare. Te ajută să fii organizat, concentrat și vei avea satisfacția de a bifa lucrurile duse la îndeplinire. După ce faci lista, verific-o și taie din start ceea ce este mai puțin important.

Împarte-ți ziua în calupuri de 30 de minute și organizează-ți munca și întâlnirile în jurul lor. Dacă îți programezi ziua în detaliu vei reuși să respecti termenele limită pentru toate proiectele fără a te aglomera inutil.

Important este să rezolvi sarcinile cele mai solicitante în intervalul orar în care știi că funcționezi tu cel mai bine.

- Multi-taskingul este inamicul productivității

Cel mai eficient mod în care poți lucra este să fii 100% prezent. Dacă îți distribui atenția către mai multe proiecte în același timp nu faci altceva decât să te încetinești.

Studiile arată faptul că productivitatea scade cu până la 40% când alternezi de la o sarcină la alta. Dacă acorzi întreaga ta atenție unei singure activități vei observa o creștere importantă a randamentului.

Poți face o probă: închide telefonul atunci când lucrezi la un proiect care necesită întreaga ta atenție, dacă nu aștepti un apel foarte important și apoi rezervă un interval de timp în care te ocupi de telefoanele primite sau pe care le ai de dat.

- Acordă-ți pauze

la pauze regulate departe de telefon, computer sau birou pentru a te relaxa. Dacă petreci mult timp în fața computerului ideal este să faci o pauză de 10 minute la fiecare oră pentru a-ți odihni ochii.

Activitatea fizică stimulează creierul, mărind concentrarea, creativitatea și viteza de învățare.

- Fii ordonat

Un birou plin de hârtii, dosare, cărți de vizită sau căni de cafea îți poate afecta eficiența. Este stresant să fii înconjurat de liste cu lucruri de rezolvat sau să pierzi timpul căutând ceva sub un munte de hârtii.



UNIUNEA EUROPEANĂ



Alocă-ți timp în fiecare săptămână pentru a-ți ordona biroul, geanta pentru laptop, desktopul.

- **Ai grijă de tine**

Găsește timp și pentru a te relaxa și a face activități care-ți aduc plăcere, fie că citești o carte, vizionezi un film sau participi la un curs de gătit. Oamenii fericiți sunt mai eficienți. Studiile arată că au o productivitate cu 12% mai mare.

Nu minimizeza importanța unui somn odihnitor. Lipsa somnului scade capacitatea de concentrare, memoria, gândirea logică și performanța în general. Un adult are nevoie de 7-9 ore de somn pe noapte pentru a funcționa la parametri optimi.

Este important și cum îți începi ziua: ignoră emailurile, servește un mic dejun savuros, citește știrile, meditează sau du-te la sală, orice îți asigură energia pentru o zi cât mai bună.

Dacă crezi că muncind de dimineață până noaptea îți crești productivitatea te înșeli.

Ești cu adevărat eficient la o muncă de 40 de ore pe săptămână. Apoi eficiența scade din cauza oboselii care predispune la greșeli. Practic orele suplimentare le vei folosi pentru a-ți corecta propriile greșeli.

- **Învăță să delegi**

A fi antreprenor nu înseamnă să rezolvi singur toate lucrurile ci a ști cum să utilizezi resursele la care ai acces, angajați, parteneri, agenții, pentru ca afacerea ta să se dezvolte.

Secretul este să aloci fiecare sarcină persoanei potrivite, despre care știi că deține calitățile necesare pentru a o duce la îndeplinire singură. Dacă atribui o sarcină unui angajat și apoi îl supervizezi îndeaproape nu delegi, ci faci micromanagement.

- **Actualizează-ți constant rețeaua de networking**

Rețeaua de recomandări reprezintă una dintre cele mai importante investiții ale afacerii tale și nu trebuie să o lași într-un plan secund pe măsură ce te dezvolți.

Luând legătura în mod regulat cu partenerii tăi de referințe poți obține clienți noi, îți poți extinde și diversifica afacerea. Crescând baza de clienți vei putea să investești în noi resurse și vor apărea noi oportunități.

De asemenea trebuie să urmărești în permanență să-ți mărești rețeaua de networking, iar participarea la un eveniment BNI poate fi un prim pas....

Bibliografie: <https://networking-romania.ro/intrebarea-de-100-de-puncte-cum-sa-fii-mai-productiv/>