

Checklist

per il tuo audit estivo

(Carriera e Business)

✓ Riposo strategico

- Ho pianificato giorni o momenti precisi per staccare completamente dal lavoro.
- So cosa mi aiuta davvero a ricaricare (es. silenzio, natura, lettura, attività fisica).
- Ho deciso come integrare momenti di riposo nel mio calendario lavorativo regolare.

✓ Reset e riflessioni

- Ho identificato almeno tre progetti dell'ultimo anno che mi hanno soddisfatto e ne ho capito il motivo.
- Ho elencato almeno tre attività che mi hanno stancato senza portarmi risultati concreti.
- Ho deciso cosa posso eliminare o modificare nel prossimo anno per lavorare meglio.

✓ Posizionamento professionale

- Ho controllato la coerenza dei miei messaggi e della mia presenza online (sito, social, contenuti).
- Ho raccolto feedback recenti da clienti o collaboratori sul mio posizionamento.
- Ho definito chiaramente cosa voglio comunicare ai miei clienti e cosa desidero cambiare o migliorare.

✓ Audit della strategia di marketing e comunicazione

- Ho analizzato quali canali (social, e-mail, blog, eventi) mi hanno portato risultati concreti.
- Ho eliminato o ridotto attività di marketing svolte per pura abitudine.
- Ho identificato almeno una nuova strategia o canale che voglio sperimentare al rientro.

✓ Riparti con chiarezza

- Ho definito tre obiettivi chiari e misurabili da raggiungere entro il prossimo trimestre.
- Ho deciso quali strumenti userò per monitorare i miei progressi.
- Ho scritto questi obiettivi e li ho posizionati in un luogo visibile per motivarmi ogni giorno.