

# DETOX CHALLENGE VOOR DE SALON

## Dag 5: Digitale detox

Vandaag alweer de laatste dag van de Detox Challenge voor de salon. Als het goed is begin je al wat meer rust en focus te ervaren. Op deze laatste detox dag gaan we digitaal detoxen! Veel digitale zaken zijn niet meer weg te denken uit ons leven en uit ons werk in de salon. We hebben er veel voordeel van, maar ook een groot nadeel... We staan altijd maar 'aan'. We hebben het gevoel dat we altijd bereikbaar en paraat moeten zijn en onze aandacht versnippert zich. Door de continue digitale prikkels verliezen we focus en balans. Dus aan de slag!!

### Bereikbaarheid

Kies vaste tijdstippen voor het beantwoorden van email, what's app, voicemailberichten en berichten op social media. Je zou dit ook duidelijk kunnen communiceren, zo weten je klanten waar ze aan toe zijn en voel jij je minder opgejaagd. Plan deze tijdstippen ook daadwerkelijk in.

- Zet de 'blauwe vinkjes' uit op je what's app, dan zien je klanten niet dat je het bericht al hebt gelezen. Dat geeft jou minder druk om meteen te reageren.
- Zet de notificaties (de geluidjes bij inkomende berichtjes e.d.) uit, dan heb je niet steeds de neiging om even te kijken.

Het afbakenen van je bereikbaarheid is fijn voor jezelf, maar ook zeker voor je klant, die nu de volledige aandacht krijgt waar hij/zij recht op heeft!

### Planning online marketing

De één vindt social media helemaal geweldig en de ander juist verschrikkelijk. Werk met een duidelijk social media plan en plan deze werkzaamheden in. Ga bijvoorbeeld één ochtend in de week consequent bezig met het maken en inplannen van jouw berichten, nieuwsbrieven etc. Kies via welke kanalen je wilt communiceren en doe het dan consequent en geef het minstens een jaar de tijd voordat je zegt dat iets 'toch niet werkt'.

NB: spontane stories, berichten kun je eventueel nog 'extra' toevoegen.

### Verwijder ruis

- Welke nieuwsbrieven ontvang je? Zijn ze echt nog relevant en interessant voor je? Zo nee, afmelden!
- Wie volg je op social media? Is het nog relevant? Zo nee, niet meer volgen!
- Ga eens door je contacten (mobiele telefoon, klantenbestand). Kun je daar ook grote schoonmaak houden?

**Succes!**

**Opggeruimd staat netjes!**

