



המגזין החודשי של נוגעת במילים

תוכן שנוגע, שיווק, התפתחות אישית והשראה לעצמאיות



אני לא מאמינה שעבר על צ' חוצ'ס.

הזמן באמת עובר לי מהר מידי והלוואי והייתי מספיקה את כל מה שאני רוצה לעשות. לפני שבועיים בערך יצאתי לחופשה זוגית די ספונטאנית בווינה, במקור היתה מתוכננת חופשה עם חברים ביעד אחר שלא יצאה לפועל ואנחנו הקשבנו לצורך שלנו וחישבנו מסלול מחדש. טסנו לארבעה ימים רגועים ומהנים בסתיו האירופאי של וינה, הלכנו כמעט 20,000 צעדים בכל יום, אכלנו במסעדות נחמדות (כשר, כשר), חווינו את העיר כמו תיירים אמיתיים ובעיקר עשינו מה שבא לנו, מתי שבא לנו. ביחד. ו..כן, ברור. היה גם שופינג.

העצירה הזו גרמה לי להבין כמה דברים:

1. העצירה למנוחה אפשרית אם רוצים - סגרנו טיסה ודירה שבוע לפני, דחינו פגישות וגרמנו לזה לקרות
 2. העצירה הכרחית - התובנות שהגיעו אליי בימי השקט, בחופשה הן משהו שקשה לי לתאר
 3. טבע ואומנות מרחיבים לי את הלב. טוב, את זה כבר ידעתי אבל ההבנה התחדדה שוב
 4. החנויות והעסקים בווינה נפתחים ב 10 ונסגרים ב 19 והעולם מתקיים נפלא. יש לנו מה ללמוד מהם בקטע הזה
 5. אני אוהבת סדר ודיוק. התחבורה הציבורית והרכבות בווינה עובדות בל"ז מדויק. אני מתה על זה.
- הבחירה בידיים שלנו. לעצור, להתבונן, לגדול, לשנות ולהתפתח. כל אחת בחיים שלה, כל אחת בעסק שלה. בקצב שלה ובמסגרת היכולת שלה. בעקבות המחשבות על שינוי הקצב והתובנות החדשות כתבתי לכן מגזין גדוש בכל טוב: תרגילי כתיבה ותוכן לחג האור, אירחתי את אלעד מיכאלביץ בכתבה על קבלת החלטות (מרתק), אספתי המלצות על 5 ספרים שקראתי וכדאי גם לכן לקרוא עם המלצה אחת של אורח אהוב במיוחד. והשקתי מדור חדש במגזין בהשראת חן יאקה שומרון בשם 5 דברים שאהבתי.

קיצי, באזא אלקראא, פיזיקס בחייל חוצ'ס יתקבלו בשמחה ואהבה, אזביבית

נתחיל בחימום. תרגיל כתיבה.

הכתיבה האינטואיטיבית פותחת את הראש ואת הלב ומאפשרת לנו להירגע, להתמסר ולהגיע אל הקריאה או הכתיבה ממקום אחר. בתחילת כל מפגש עבודה שלי עם עצמאיות אני מביאה תרגיל כתיבה שגורם להן לכתוב פשוט, מה שיוצא, בלי שיפוטיות ומשכלל את יכולת הכתיבה החופשית שלהן ממפגש למפגש.

”

ישנן שתי דרכים להפיץ אור: להיות הנר או המראה המשקפת אותו.

אדית וורטון

קחי רגע ותחשבי, מה את יותר-
נר שמפיץ אור או מראה שמשקפת אורות של אחרים?
ותתחילי לכתוב: כשהאור שבי עולה קורים הרבה דברים..
אם את נתקעת באמצע- תחזרי אל המילה אור.
וכמו שאני אומרת תמיד למי שכותבת איתי "בלי שיפוטיות, בלי לחץ, תכתבי חופשי לגמרי- מה שיוצא אני מרוצה"

את כחולן מלפנת לשלוח אל"י את מה שכתבת



קבלת החלטות - איך עושים את זה?

לפני כמעט שנתיים קיבלתי החלטה - ללמוד אימון. זו אחת ההחלטות הטובות שעשיתי בחיי (חוץ מלהתחתן עם מנשה :) לימודי האימון הוסיפו אל ארגז הכלים שלי יכולות נוספות וכלים חדשים, הדרך התבהרה לי והבנתי שזו החתיכה שחסרה בפאזל המקצועי שלי.

בזכות הקורס הכרתי נשים ואנשים מרתקים ומעניינים מעולמות שונים לגמרי משלי- אחד מהם הוא אלעד מיכאליביץ' - דוקטורנט בפסיכולוגיה וחוקר קבלת החלטות שאני מארחת בכתבה על קבלת החלטות.

יש דבר כזה החלטה טובה? מה אפשר לעשות כדי לקבל החלטות? ותכל'ס איך עושים את זה ממש פה בלחיצת קישור



הקשר בין מודל אפר"ת ונתיבת התוכן שלך



שנים התרחקתי מתבניות לפוסטים כי בעיניי, אין תבנית נכונה או לא. אני מאמינה בלתת כלים לנתיבה וזרימה ופחות תבניות מקובעות. ואז תוך כדי שיחה עם לקוחה עלה הרעיון של מודל אפר"ת כבסיס לנתיבת פוסטים ואני, כמי שאוהבת לחבר בין העולמות שלי כתבתי לכן פוסט בנושא.

על הקשר בין מודל אפר"ת והתוכן שלך

5 ספרים שנדאי לך לקרוא וגם אורח מיוחד מאוד

פוסט ההמלצות הקודם שכתבתי היה די מזמן וזה ממש לא אומר שהפסקתי לקרוא. קראתי, אני קוראת כל הזמן ודי הרבה למען האמת. זה שלא העליתי פוסט רק אומר שאני עסוקה בעוד כמה וכמה דברים ולא הספקתי גם את זה.

בסוף הוא נולד: פוסט עם המלצות ל- 5 ספרים שאהבתי וכדאי גם לך לקרוא. ספרים מתחומי ההתפתחות האישית שישפיעו על כל תחומי החיים שלך. אירחתי במדור מישהו אהוב ומיוחד מאוד עבורי

אין מצב בעולם שאת מפספסת את זה



על מה תכתבי בחנוכה?

לפני שנה בערך יצרתי בבלוג "פוסט צומח" אחרי שהבנתי שאם אחכה שיהיה לי זמן ליצור פוסט עם תכנים לפי כללל האירועים השנתיים זה לא יקרה. אז יצרתי פוסט והחלטתי שהוא צומח- שזה אומר שבכל חג ומועד אני מוסיפה עוד רעיונות לתכנים חדשים. בזכות העובדה ששיחררתי את הרצון להעלות פוסט מושלם- יש לי פוסט כמעט שלם בבלוג שעולה בחיפושים בגוגל אורגנית (כי אני עושה עבודה טובה) ומגיע להרבה מאוד אנשים.

פוסט צומח עם רעיונות לתוכן לחגים+ תוכן חדש לחנוכה מכאן.



ימים מיוחדים בחודש דצמבר

אם התוכן שלך עדיין לא מוכן, או אם את זקוקה לכמה רעיונות שיקפיצו לך את התכנון החודשי.

לוח התכנון שלי עם הימים המיוחדים לדצמבר הוא התשובה



מדור חדש: 5 דברים שאהבתי



- 1 בעולם של בילבול והרבה כאב אין כמו עוגן שיעזור לנו להתחבר אל הטוב בחיים שלנו "פוקוס על הטוב" של רחל נתנאלי : השראה מעשית וחינמית בלחיצת כפתור. את חייבת את זה לעצמך.
- 2 הפרק הזה בפודקסט של איתן עזריה. הקשבתי לו בטיסה לוינה ואני עדיין מעכלת.
- 3 כמעט כל מי שרואה אותו אצלי מתלהבת ורוכשת אחד לעצמה- יומן תכנון שבועי
- 4 בדרך הביתה- פסיכולוגיה חיובית לילדים
- 5 אני אוהבת להקיף את עצמי בהשראה ואם היא בסייל אז למה לא!?

טופדנר.

אני אוהבת לכתוב את המגזין, לארוז לכן קצת מהעולם שלי באריזה יפה ולאפשר לכן להעמיק ולהרחיב את עולמכן. אני מקווה שנהנית, שלקחת משהו מהקריאה בו. תכתבי לי מה שעולה בדעתך ואני אשמח לענות.

תלצה שאית פיה,
אביבית.

בא לך לדבר? שלחי לי הודעת ווטסאפ או תקבעי לנו שיחת הכרות קצרה לכי תדעי לאן נגיע מכאן.

מה תעשי אחרת ב 2023?

איך תשקיעי בעסק שלך? כמה תשקיעי בהתפתחות שלך? כמה מטרוות תציבי לעצמך ואיך תגיעי אליהן?

פגישת מיקוד אישית:

שעה ורבע של אסימונים שנופלים, רעיונות שמתבהרים ודרך שמקבלת צורה

תהליך ליווי אישי #אחתעלאחת

להיות בעלת העסק שאת רוצה, ללמוד לתכנן, לכתוב, לשווק ולהנות מדרך משמעותית שמצמיחה בעלות עסקים. תכתבי לי ונבין אם התוכנית מתאימה לך.

