

INHOUD

EERST NOG DIT...	7
STAP 1 Bepaal je doel	13
STAP 2 Bepaal waar je mee wil stoppen	21
STAP 3 Focus	31
STAP 4 Leer nee zeggen	41
STAP 5 Ruim op	49
STAP 6 Stop met uitstellen	57
STAP 7 Verhoog je energieniveau	65
STAP 8 Gebruik checklists	71
STAP 9 Blijf meester over je e-mails	77
STAP 10 Lees sneller	85
STAP 11 Vergader efficiënt	93
STAP 12 Delegeer	99
EN ZO...	109