

## AIDE-MÉMOIRE

### Élaborer votre liste de contacts

Posez-vous la question suivante : qui connaissez-vous? Pensez à votre famille, à vos amis les plus proches, à vos collègues, à vos amis d'enfance et aux personnes avec lesquelles vous avez déjà discuté. L'identification de vos contacts est l'un des exercices les plus efficaces pour réussir à développer une activité prospère. Votre liste de contacts correspond aux personnes auxquelles vous allez présenter les produits Beachbody et leur proposer de développer une activité professionnelle. Dressez une liste de personnes aussi exhaustive que possible et continuez à la remplir au fur et à mesure que vous en rencontrez de nouvelles.

#### Famille, amis et collègues

- Mère
- Père
- Grands-parents
- Parents par alliance
- Frères et sœurs
- Enfants
- Tantes
- Oncles
- Nièces
- Neveux
- Cousins
- Amis
- Collègues
- Paroissiens
- Groupe/Club social
- Voisins
- Gardiens d'enfants
- Groupes scolaires
- Amis d'organisations
- Simples connaissances
- Chambre de commerce
- Groupes de réseautage

## Listes dont vous disposez déjà

Commencez par vous référer aux listes de personnes dont vous disposez déjà et avec lesquelles vous avez souhaité partager des occasions spéciales, comme :

- Facebook, LinkedIn, Plaxo
- Liste des invités à votre anniversaire lorsque vous étiez enfant
- Répertoire actuel
- Liste des invités à votre mariage
- Liste d'étudiants
- Destinataires de vos cartes de vœux
- Annuaire de l'église, de la synagogue ou de tout autre groupe spirituel

## Personnes souhaitant améliorer leurs revenus/leur forme physique

### Personnes qui :

- Souhaitent entretenir leur corps
- Souhaitent adopter des habitudes alimentaires saines
- Souhaitent perdre du poids
- Doivent rembourser leur crédit
- Souhaitent aider leur conjoint à partir à la retraite plus tôt
- Vont à la salle de gym
- N'aiment pas leur emploi
- Recherchent activement un emploi à temps partiel
- Souhaitent passer davantage de temps avec leur famille
- Sont intéressées par la remise en forme et la nutrition
- Sont ambitieuses
- Sont enthousiastes
- Aiment la compétition

## Autres personnes que vous

Des études révèlent que si vous êtes âgé(e) d'au moins 25 ans, vous connaissez au minimum 1 000 personnes. Si vous souhaitez vous souvenir de chacune d'elles, vous allez devoir utiliser un aide-mémoire pour les identifier. Pensez aux personnes en dehors de votre cercle rapproché. Servez-vous de cette liste pour faire travailler votre mémoire à propos de n'importe quelle personne associée à l'un des domaines indiqués ci-dessous. Inscrivez toutes les personnes qui vous viennent à l'esprit, sans vous préoccuper du fait qu'elles seront ou non intéressées par les produits ou par l'activité professionnelle. Votre tâche consiste simplement à inscrire toutes les personnes que vous connaissez. Vous allez être étonné(e) du nombre de personnes qui vous viennent à l'esprit!

Comptables	Disques-jockeys	Jardiniers	Investisseurs
Acteurs	Docteurs	Géologues	Concierges
Professionnels de la publicité	Nettoyeurs à sec	Clubs de filles	Joailliers
Agents de bord	Professionnels de	Joueurs de golf	Maîtres de karate
Officiers de l'armée	l'éducation	Fonctionnaires	Entraîneurs sportifs
Artistes	Électriciens	Graphistes	Clarifier les messages
Athlètes	Gîtes « Elks »	Gymnastes	Rénovateurs de cuisine
Acupuncteurs	Ingénieurs	Coiffeurs	Clubs de filles
Boulangers	Animateurs	Bricoleurs	Avocats
Employés de banque	Scientifiques de	Clubs de	Responsables de crédit-
Barbiers	l'environnement	conditionnement	bail
Joueurs de baseball	Clubs d'échange	physique	Officiers de la marine
Salons de beauté	Agriculteurs	Praticiens de la	Maquilleurs
Clubs de filles	Professionnels de	santé	Directeurs
Courtiers	l'industrie	Randonneurs	Manucures
Ouvriers du bâtiment	cinématographique	Chasseurs de tête	Artistes martiaux
Campeurs	Employés de banque	Employés	Massothérapeutes
Chiropracticiens	Pompiers	hospitaliers	Mécaniciens
Conseillers	Entraîneurs sportifs	Employés hôteliers	Professionnels du
Ingénieurs informatiques	Fleuristes	Ressources	monde médical
Cuisiniers	Services de restauration	humaines	Sages-femmes
Danseurs	Organisateurs de	Vendeurs	Ministres
Dentistes	souscriptions	d'assurances	Groupes d'aide aux
Dermatologues	Entrepreneurs de pompes	Décorateurs	nouvelles mamans
Concepteurs	funèbres	d'intérieur	Clubs « Moose Lodge »

Autres personnes que vous			
Courtiers en hypothèques	Psychologues	Nettoyeurs de	Maine
Déménageurs	Ludothérapeutes	meubles	Maryland
Professeurs de musique	Agents immobiliers	remboursés	Massachusetts
Musiciens	Recruteurs	Cordonniers	Michigan
Gestionnaires de fonds	Spécialistes en rééducation	Voituriers	Minnesota
communs	Journalistes	Anciens	Mississippi
Officiers de la marine	Réparateurs	combattants	Missouri
Organismes sans but lucratif	Résidences pour personnes	Conseillers	Montana
Infirmiers	âgées	professionnels	Nebraska
Nutritionnistes	Clubs Rotary	Bénévoles	Nevada
Officiers de la marine	Clubs de coureurs	Serveurs	New Hampshire
Optométristes	Vendeurs	Concepteurs Web	New Jersey
Orthodontistes	Scientifiques	Écrivains	Nombre de nouveaux
Ostéopathes	Cordonniers	Membres d'un	coachs
Peintres	Shriners	YMCA	New York
Professionnels de	Chanteurs	Participants à des	North Carolina
l'événementiel	Patineurs	cours de yoga	North Dakota
Pédiatres	Skieurs	<b>ÉTATS</b>	Ohio
Entraîneurs personnels	Conseillers en soins de la	Alabama	Oklahoma
Professionnels en soins pour	peau	Alaska	Oregon
animaux de compagnie	Travailleurs spécialisés	Arizona	Pennsylvania
Pharmaciens	Ingénieurs logiciels	Arkansas	Rhode Island
Photographes	Spas	California	South Carolina
Kinésithérapeutes	Nageurs	Colorado	South Dakota
Professeurs de musique	Équipes sportives	Connecticut	Tennessee
Garderies	Tailleurs	Delaware	Texas
Plombiers	Salons de bronzage	Florida	Utah
Podologues	Professeurs de musique	Georgia	Vermont
Officiers de police	Télécommunications	Hawaii	Virginia
Travailleurs spécialisés	Télémarketing	Idaho	Washington
Promoteurs	Réparateurs de téléviseurs	Illinois	West Virginia
Gestionnaires immobiliers	Entraîneurs sportifs	Indiana	Wisconsin
Professionnels des relations	Thérapeutes	Iowa	Wyoming
publiques	Travailleurs spécialisés	Kansas	<b>INTERNATIONAL</b>
Employés de banque	Formateurs	Kentucky	Canada
Psychiatres	Tuteurs	Louisiana	