



GUIDE DE DÉPART

J'ALLÈGE TA TO-DO LIST!

Astrid

QUI SUIS-JE?

Astrid, assistante personnelle

Enseignante de formation, j'ai très vite compris que m'attarder à une seule tâche dans un seul domaine, n'était clairement pas pour moi. C'est grâce à ce métier que j'ai pu explorer mes talents dans plusieurs domaines : la psychologie, l'informatique, la diplomatie, l'organisation, l'empathie et l'écoute des besoins des autres.

J'ai compris qu'accompagner les autres, les assister, les aider me rendait heureuse.

Alors, je me suis formée. D'abord en home organising et en office organising. Ensuite j'ai entrepris une formation pour devenir coach dans le domaine de la périnatalité.

Enfin, touche à tout de nature, j'ai souscrit à de multiples formations (logiciels informatiques, le digital, ...).

L'organisation étant mon domaine de prédilection, je veux mettre mes compétences au service des autres. Avec mon efficacité redoutable, je m'occupe de tes tâches annexes (administratif, organisation, rédaction, ...).

Je me donne pour mission de devenir **ton bras droit** à court ou moyen terme.

Que savoir sur moi?



J'adore le chocolat

Je suis véhiculée

Je suis très altruiste

J'habite Les Bons Villers

J'ai 32 ans

Je sais parler 3 langues

L'organisation n'a
pas de secret pour
moi





ADMINISTRATIF
RECHERCHES DOCUMENTAIRES
SOUTIEN À L'ORGANISATION D'ÉVÈNEMENTS
RÉDACTION, MISE EN PAGE ET CRÉATION DE DOCUMENTS
CUSTOMER CARE
PLANIFICATION D'ÉVÈNEMENTS OU D'ACTIONS
LOGISTIQUE
CONTACTS
EMAILING
GESTION DE L'AGENDA
TRADUCTIONS
AIDE AU RECRUTEMENT

...

MON PETIT PLUS?

JE PEUX TRAVAILLER EN **ANGLAIS**,
NÉERLANDAIS ET **FRANÇAIS**.

JE M'ADAPTE À TES DEMANDES.

3,2,1 ... C'EST PARTI !

Liste de mes offres

OFFRES VALABLES EN 2026

Pack accompagnement

EN VUE D'UNE COLLABORATION À LONG TERME (MINIMUM 3 MOIS)



Allègement

ÀPD 450€/MOIS HTVA

→ équivalent de
2 à 3 heures de travail
par semaine*

Soulagement

ÀPD 760€/MOIS HTVA

→ équivalent de
5 heures de travail
par semaine*

Tranquillité

ÀPD 1500€/MOIS HTVA

→ équivalent de
10 heures de travail
par semaine*

*ne souhaitant plus travailler au tarif à l'heure par souci de clarté et de "quart d'heure entamé",
l'offre de mes packs fait preuve d'une certaine flexibilité quant au nombre réel d'heures de travail.



Votre pack accompagnement



VOUS VOLEZ ESSAYER MES SERVICES SANS VOUS ENGAGER? RENDEZ-VOUS EN PAGE 7

• ALLÈGÈMENT

450€/mois les 3 premiers mois
ensuite

480€/mois jusqu'à fin 2026

Besoin de déléguer certaines tâches annexes pour vous dédier entièrement au lancement de votre projet, pour soulager vos soirées, pour vous sentir moins seul(e) dans votre activité entrepreneuriale ? Alors, ce pack est fait pour vous.

• SOULAGEMENT

760€/mois les 3 premiers mois
ensuite

800€/mois jusqu'à fin 2026

Chaque jour, vous ressentez le besoin de déléguer 1 heure de travail à votre assistante et la croissance de votre activité vous permet de vous faire accompagner d'un bras droit quotidiennement ? Alors, ce pack est fait pour vous.

• TRANQUILITÉ

1500€/mois les 3 premiers mois
ensuite

1600€/mois jusqu'à fin 2026

Plus qu'une légère assistance, vous avez besoin de déléguer des tâches importantes, régulières et faire confiance à un bras droit qui connaît aussi bien votre entreprise que vous ? Alors, ce pack est fait pour vous.



Laisse-moi être ton bras droit !

Votre pack découverte

→ JE NE SUIS PAS ENCORE CONVAINCU(E) DE TES SERVICES, PUIS-JE ESSAYER?

Il est tout à fait possible d'essayer mes services pour **1 ou 2 mois maximum**.

Cependant, l'adaptation à votre business me prenant du temps et de l'énergie, un montant de **50€** est rajouté au pack choisi.

FAQ

Faut-il déduire la TVA de tes services?

Actuellement, non. Mon activité étant encore à ses premiers mois de vie.

Je ne suis pas certain(e) d'avoir du travail à déléguer chaque semaine.

Pas de panique, l'organisation du travail peut s'organiser sur le mois et non sur la semaine. Cela peut être discuté lors de l'appel découverte.

Je n'ai pas besoin de déléguer 2/3h, 5h ou 10h mais 8h. Est-ce discutable?

Oui, mon offre est flexible et peut s'adapter à votre demande.

Et si tu dépasses le nombre d'heures prévues?

Comme expliqué, je ne travaille pas avec le tarif horaire qui implique trop de calculs et de justifications.

Il est possible que je travaille plus que 5h/semaine certaines semaines mais cela n'est pas décompté sur votre facture.

Je veux faire appel à tes services 1 à 2 fois sur l'année, est-ce possible?

Oui, je peux t'adresser un devis en fonction de tes besoins du moment.

J'ai beaucoup de travail en ce moment mais je ne veux pas faire appel à tes services pendant un an.

L'offre pack accompagnement est en vue d'une collaboration à long terme sans engagement. Vous ne signez donc pas pour un an.

Si je pars en vacances, que se passe-t-il?

Up and done est un service qui reste flexible à vos demandes. Si vous êtes en vacances et que votre entreprise ne requiert pas mes services, cela ne sera pas facturé. Je vous demande toutefois de m'en avertir plusieurs semaines à l'avance.



Laisse-moi jongler avec to-do list !

CONCRÈTEMENT, COMMENT ÇA SE PASSE?

1

Premier contact

Je te propose un appel découverte pour décrypter tes besoins ainsi que ta façon de travailler. Nous dresserons ensemble une liste des tâches que tu souhaites déléguer.

2

Moments et espace de travail

Pour faciliter l'immersion dans ton travail le premier mois, nous convenons ensemble d'une plage horaire dans la semaine durant laquelle je m'occuperai de tes missions. Cela facilite les appels téléphoniques en cas de flous et de questions.

3

Observation

Si cela s'avère nécessaire, je propose 2 à 3 semaines d'observation ensemble ou sur site afin de partager les informations de connexion, comprendre ta façon de procéder, ...
Les déplacements sont forfaitaires, 10 euros par jour.

4

Contrat de mission

Nous dresserons ensemble un contrat de mission en fonction de tes attentes et besoins. Celui-ci sera accompagné de mes conditions générales de vente. La facture est envoyée début du mois suivant.



Prêt(e) pour l'appel découverte?

+32 474 514183
info.upandone@gmail.com

<https://calendly.com/info-upandone/30min>



UP&DONE ✓