



# AI voor zzp'ers

Zo gebruik je het vandaag nog,  
zonder technische kennis

---

Inclusief kant-en-klare prompts, voorbeelden en een stappenplan

## Waarom deze gids?

Als zzp'er doe je alles zelf. Offertes schrijven, social media bijhouden, klanten mailen, facturen sturen. En tussendoor ook nog het echte werk doen. Dat is veel. AI kan een deel van dat schrijfwerk van je overnemen. Niet als vervanging van jou, maar als snelle assistent die nooit moe wordt en nooit klaagt.

In deze gids laat ik je zien hoe je direct aan de slag kunt. Zonder cursus, zonder ingewikkelde tools, zonder dat je uren kwijt bent aan het uitzoeken ervan.

*"AI is niet slim. Het is snel. En voor zzp'ers is snel heel waardevol."*

## Wat doet AI precies voor je?

AI zoals Claude of ChatGPT is een tekstassistent. Je geeft een opdracht, hij levert een resultaat. Dat kan van alles zijn: een e-mail opstellen, een post schrijven, een offerte samenvatten, of uitleg geven over iets wat je zelf niet helemaal begrijpt.

### Wat AI WEL doet

- ✓ Schrijfwerk in seconden
- ✓ Eindeloos ideeën genereren
- ✓ Teksten herschrijven of vertalen
- ✓ Samenvatten van lange documenten
- ✓ Antwoorden formuleren op vragen
- ✓ Altijd beschikbaar, ook om 23:00

### Wat AI NIET doet

- ✗ Nadenken over jouw strategie
- ✗ Jouw klanten kennen
- ✗ Beslissingen voor je nemen
- ✗ Altijd 100% foutloos zijn
- ✗ Jouw tone of voice automatisch raden
- ✗ Vervanging zijn van jouw expertise

## Stappenplan: zo begin je vandaag

Je hebt geen cursus nodig. Geen technische kennis. Alleen een browser en vijf minuten.

### 1 Maak een gratis account aan

Ga naar **claude.ai** of **chat.openai.com**. Beide hebben een gratis versie die meer dan genoeg is om mee te starten. Maak een account aan met je e-mailadres.

■ Claude is iets beter in langere teksten en nuance. ChatGPT heeft iets meer plug-ins. Voor de meeste zzp'ers maakt het weinig uit.

### 2 Kies één taak die je tijd kost

Begin niet met alles tegelijk. Kies één ding dat je regelmatig doet en waar je altijd tegenop ziet. Een offerte? Een nieuwsbrief? Een reactie op een lastige klant?

■ Voorbeeld: "Ik moet elke maand een nieuwsbrief schrijven en dat kost me altijd twee uur."

### 3 Geef een goede opdracht

Hoe meer context je geeft, hoe beter het resultaat. Vertel wie je bent, voor wie je schrijft, wat de toon moet zijn en wat je doel is.

■ Slecht: "Schrijf een nieuwsbrief." Goed: "Schrijf een nieuwsbrief voor mijn klanten. Ik ben [beroep]. Onderwerp: [onderwerp]. Toon: vriendelijk. Max 200 woorden."

### 4 Controleer altijd

AI maakt fouten. Het schrijft soms iets wat niet bij jou past, wat feitelijk niet klopt, of wat te glad klinkt. Lees altijd na en pas aan.

■ Laat AI de basis schrijven. Voeg daarna jouw eigen voorbeelden of persoonlijke touch toe. Dan klinkt het alsof jij het hebt geschreven.

## 5 Bouw het langzaam uit

Zodra de eerste taak soepel loopt, voeg je er één bij. Zo leer je stap voor stap wat AI voor j ouw bedrijf kan doen.

- De meeste zzp'ers die ik spreek, besparen na een maand al twee tot vier uur per week.

## Kant-en-klare prompts

Kopieer, pas de tekst tussen [haakjes] aan en plak in Claude of ChatGPT. Klaar.

### OFFERTE SCHRIJVEN

*Schrijf een professionele offerte voor [naam klant]. Ik ben [jouw beroep] en ik ga [beschrijf de opdracht]. De prijs is [bedrag] exclusief btw. Looptijd: [tijdsduur]. Toon: vriendelijk maar zakelijk. Sluit af met een call to action.*

Voorbeeld: Linda gebruikt dit voor elke nieuwe opdracht. Haakjes invullen en je bent klaar.

### NIEUWSBRIEF OPSTELLEN

*Schrijf een nieuwsbrief voor mijn klanten. Ik ben [jouw beroep], mijn klanten zijn [doelgroep]. Onderwerp: [onderwerp]. Max 200 woorden. Toon: [informeel/zakelijk]. Eindig met een uitnodiging om contact op te nemen.*

Voorbeeld: Tip: vraag daarna "maak er een pakkende onderwerpregel bij" en je hebt alles.

### MOEILIJKE E-MAIL

*Help me een e-mail schrijven aan [naam/rol]. Situatie: [beschrijf kort wat er speelt]. Doel: [wat je wilt bereiken]. Toon: [direct/vriendelijk/zakelijk]. Max 150 woorden.*

Voorbeeld: Werkt ook voor een klachtenmail, opzeggen van een samenwerking of slecht nieuws brengen.

### LINKEDIN-POST

*Schrijf een LinkedIn-post over [onderwerp of ervaring]. Ik ben [beroep], mijn doelgroep zijn [doelgroep]. Begin met een pakkende zin. Max 150 woorden. Eindig met een vraag. Max 3 hashtags onderaan.*

Voorbeeld: Verander daarna de openingszin naar jouw eigen woorden. Dat maakt hem persoonlijker.

### TEKST SAMENVATTEN

*Vat de volgende tekst samen in max 5 zinnen. Benoem de belangrijkste punten en de kernboodschap. Schrijf in gewone mensentaal, geen jargon: [plak hier de tekst]*

Voorbeeld: Handig voor contracten, rapporten, lange e-mails of artikelen die je snel wilt begrijpen.

## REACTIE OP EEN REVIEW

*Schrijf een reactie op deze klantreview: "[plak de review]". Bedank de klant, ga in op wat hij of zij zegt en eindig positief en uitnodigend. Max 60 woorden.*

Voorbeeld: Ook te gebruiken voor een negatieve review: vraag dan om een professionele maar vriendelijke reactie.

## Vijf dingen waar AI goed in is

### Schrijfwerk versnellen

Eerste versies van e-mails, offertes, posts en blogs gaan veel sneller. Jij verfijnt, AI schrijft de basis. Dat scheelt gemiddeld 60 tot 80 procent van de tijd.

### Ideeën opdoen

Vraag AI om tien onderwerpen voor je nieuwsbrief, of vijf invalshoeken voor een LinkedIn-post. Je gebruikt er misschien twee, maar je zit niet meer te staren naar een leeg scherm.

### Moeilijke boodschappen verwoorden

Een klant aanspreken op een late betaling, een samenwerking beëindigen, slecht nieuws brengen. AI helpt je de juiste woorden te vinden zonder dat het bot of te zacht klinkt.

### Lange teksten samenvatten

Contracten, rapporten, lange e-mails. Plak de tekst in AI en vraag om de kern in vijf zinnen. Scheelt je een kwartier per document.

### Vertalen en herschrijven

Teksten vertalen naar Engels, een formele tekst omzetten naar toegankelijke taal, of een bestaande tekst een frisser jasje geven. AI doet dit in seconden.

## Over LIN Online Marketing

Ik ben Linda Vaneker, online marketeer in Deventer met ruim 25 jaar ervaring. Ik werk voor zzp'ers en MKB-bedrijven die serieus werk willen maken van hun online zichtbaarheid. Niet alleen in Google, maar ook in AI-zoekmachines als ChatGPT, Perplexity en Google AI Overviews.

AI is voor mij geen hype. Het is een werkend onderdeel van mijn aanpak. Ik help je ermee om zichtbaarder te worden, slimmer te werken en tijd te besparen. Altijd direct contact, nooit een tussenpersoon.

[linonlinemarketing.nl](https://linonlinemarketing.nl)