

QUEL TEMPS PREVOIR PAR MODULE?

		Temps à prévoir	
	Résumé	Lecture du module	Exercices
Module 1 – Les possibilités sont immenses	Identifiez vos croyances limitantes , listez les domaines où vous avez besoin d'une vision plus claire , notez les 10 choses pour lesquelles vous ressentez de la gratitude .	15 minutes	Moins de 45 minutes
Module 2 – Faites le bilan du passé	Faites le bilan de l'année écoulée : thèmes récurrents, accomplissements, manque de reconnaissance, déceptions, manques, leçons de vie.	15 minutes	45 minutes
Module 3 – Dessinez votre avenir	Listez 7 à 10 objectifs pour l'année à venir dans tous les domaines de votre vie : professionnel, amour/social, santé, finances.	15 minutes	1 heure
Module 4 – Identifiez vos motivations	Pour chaque objectif, identifiez vos motivations et classez-les par ordre d'importance.	15 minutes	1 heure
Module 5 – Passez à l'action !	Décomposez vos maxi objectifs en mini objectifs avec les petites actions à entreprendre pour les atteindre. Planifiez ces petites actions dans votre agenda et révissez vos accomplissements régulièrement !	15 minutes	1 heure