



Définir ses objectifs annuels

**ET SI 2025 DEVENAIT L'ANNÉE OÙ VOS
RÊVES DEVIENNENT DES OBJECTIFS, ET
VOS OBJECTIFS UNE RÉALITÉ ?**

BIENVENUE À L'ATELIER



L'objectif de cet atelier est de vous fournir une méthode simple et concrète pour définir vos objectifs et les transformer en actions réalisables tout au long de l'année.

Partagez vos attentes dans le tchat :

- Qu'attendez-vous de cet atelier ?
- Quels aspects de la définition et de la mise en œuvre de vos objectifs vous posent le plus de questions ?



POURQUOI DÉFINIR SES OBJECTIFS ?



1. Clarté : Savoir où vous allez.
2. Motivation : Garder un cap malgré les imprévus.
3. Résultats : Transformer vos idées en réalisations concrètes.



BILAN 2024



Réfléchissez à vos réussites et défis de l'année passée.

Questions :

- Quelles sont vos réussites ? Ce que j'ai bien fait.
- Quels défis avez-vous rencontrés ? Ce que je peux améliorer.
- Activité : Notez 1 réussite et 1 défi dans le chat ou sur papier.
- Visuel : Tableau simple avec deux colonnes (Réussites / Améliorations).



VOTRE VISION POUR 2025



1. Quels sont vos rêves ou projets importants ?
2. Où voulez-vous être dans 12 mois ?

Activité : Écrivez un mot pour décrire votre objectif principal.



MÉTHODE D'ACTION



Les 3 étapes :

- 1. Décomposer en petites actions.
- 2. Fixer une échéance réaliste.
- 3. Suivre votre progression régulièrement.



LE VISION BOARD



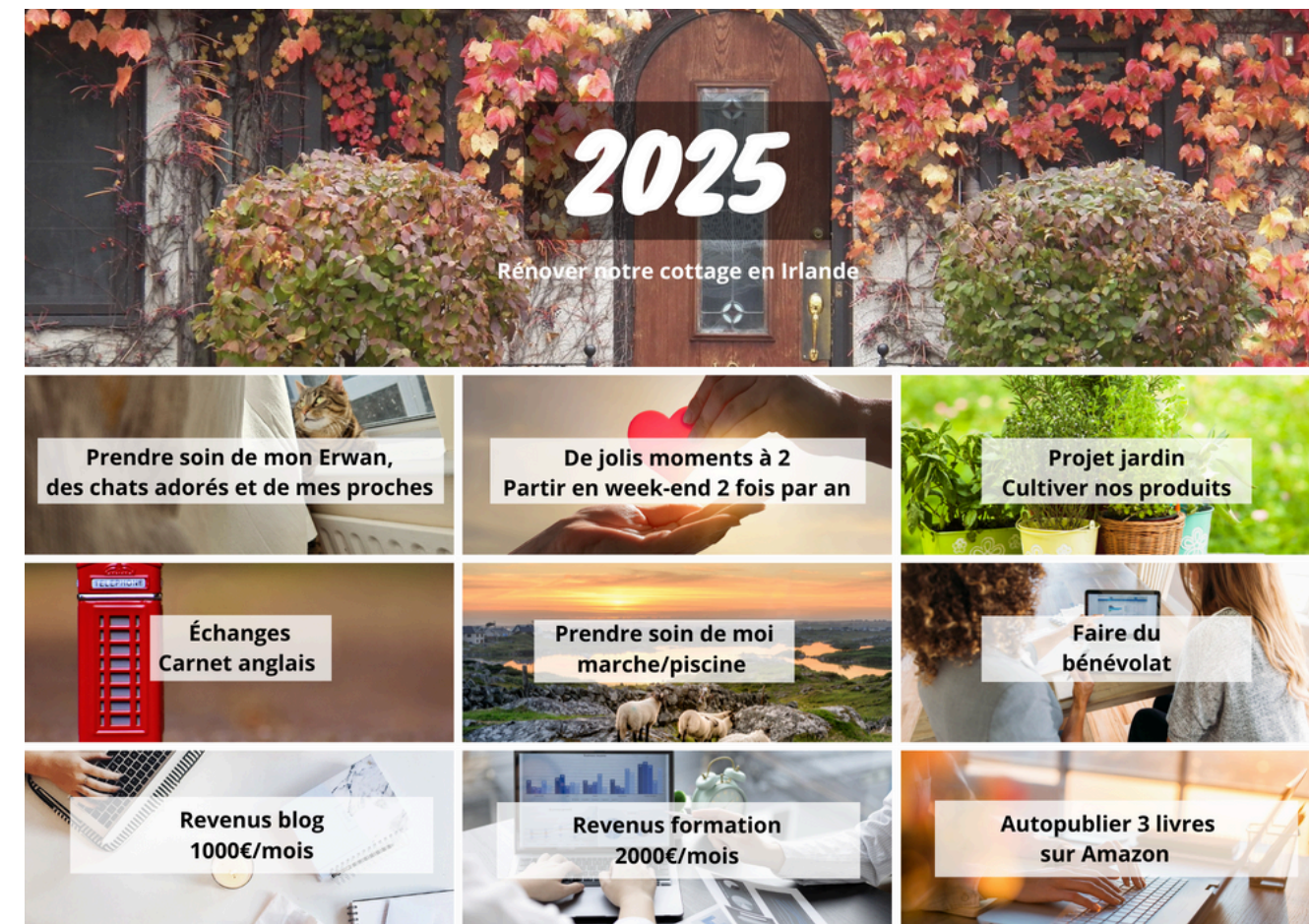
Question	1	2	3
Selon vous, quelle est la clé pour un vision board efficace ?	Être réaliste	Ajouter des images inspirantes	Revoir son vision board régulièrement





LE VISION BOARD

- Un vision board vous aide à clarifier et visualiser vos objectifs.
- Il sert de rappel quotidien pour rester motivée.



EXEMPLES CONCRETS



3 étapes clés avec exemples :

- Étape 1 - Décomposer :
 - Objectif perso : Apprendre une langue → Choisir une appli et routine quotidienne.
- Étape 2 - Échéance :
 - Objectif pro : Avoir un revenu complémentaire → Plan en 3 mois.
- Étape 3 - Suivi :
 - Utiliser un tableau ou un outil pour mesurer les progrès.



EXEMPLES CONCRETS



1. Apprendre une langue :

- Janvier : Choisir une appli.
- Février : Routine quotidienne (10 minutes).
- Mars : Pratique avec un partenaire.

2. Revenu complémentaire :

- Janvier : Identifier une compétence.
- Février : Créer un site/blog ou une boutique en ligne.
- Mars : Promouvoir ses produits ou services.



PASSEZ À L'ACTION !



Commencez petit, mais commencez maintenant !

- Créez votre vision board cette semaine.
- Identifiez 3 premières actions pour avancer.





TÉLÉCHARGEZ LES RESSOURCES



[Accédez au modèle de Vision Board](#)



PARTAGEONS NOS IDÉES ET QUESTIONS



- Posez vos questions ou partagez vos idées.
- Que retenez-vous de cet atelier ?
- Quelles sont vos premières actions concrètes ?

