WORKBOOK OFFICIEL • 10 JOURS

DÉCLENCHER TA NOUVELLE IDENTITÉ

Penser, décider et agir comme la femme
que tu es appelée à devenir.

21 - 31 AOÛT 2026

FOI • IDENTITÉ • BUSINESS • ACTION

BIENVENUE

Ces 10 jours ne sont pas une formation de plus. Considère-les comme un rendez-vous avec la femme que tu es en train de devenir.

Tu vas réfléchir, écrire, remettre certaines croyances en question et surtout AGIR. Une révélation qui ne produit aucune décision finit par devenir une information supplémentaire.

Pendant ces 10 jours, sois honnête avec toi-même. Ne réponds pas ce que tu penses devoir répondre. Écris ce qui est vrai.

— Yasmine

MES NOTES

COMMENT UTILISER CE WORKBOOK

1. ÉCOUTE l’enseignement du jour.
2. IDENTIFIE ton déclic.
3. ÉCRIS honnêtement.
4. DÉCIDE ce qui doit changer.
5. AGIS dans les 24 heures.
6. PRIE sur ce que Dieu t’a montré.

Règle : Je ne cherche pas la perfection. Je cherche la transformation.

MES NOTES

MON POINT DE DÉPART

Note-toi de 1 à 10 aujourd'hui. Tu referas le même exercice au Jour 10.

DOMAINE	AUJOURD'HUI	JOUR 10
Confiance	__/10	__/10
Légitimité	__/10	__/10
Clarté	__/10	__/10
Discipline	__/10	__/10
Visibilité	__/10	__/10
Relation à l'argent	__/10	__/10
Vente	__/10	__/10
Passage à l'action	__/10	__/10

Ma priorité pendant ces 10 jours :

MON INTENTION

Pourquoi ai-je rejoint ces 10 jours ?

Qu’est-ce que je veux voir changer en moi ?

Qu’est-ce que je ne veux plus transporter dans ma prochaine saison ?

À la fin de ces 10 jours, je veux pouvoir dire :

JOUR 1

CHANGE TON IDENTITÉ

Tu ne peux pas construire ta prochaine saison en prenant tes décisions depuis ton ancienne identité.

2 PERSONNAGES BIBLIQUES

• Jacob → Israël : le changement de nom marque une nouvelle saison et une nouvelle manière de se percevoir.

• Saul → Paul : son passé n’a pas eu le dernier mot sur sa mission.

LE DÉCLIC DU JOUR

Tu ne peux pas construire ta prochaine saison en prenant tes décisions depuis ton ancienne identité.

MON EXPÉRIENCE / CE QUE CE THÈME RÉVEILLE EN MOI

JOUR 1

CHANGE TON IDENTITÉ

INTROSPECTION

Mon ancienne version croit que…

Elle a peur de…

Elle tolère encore…

Ma nouvelle version croit que…

Elle décide désormais…

JOUR 1

CHANGE TON IDENTITÉ

DÉCISION • ACTION • PRIÈRE

MA DÉCISION

Je ne suis plus la femme qui _____. Je deviens la femme qui _____.

MON ACTION DANS LES 24H

DÉCLARATION PROPHÉTIQUE

Je refuse de continuer à me définir par mon passé. J'entre dans la nouvelle identité nécessaire à ma prochaine saison.

PRIÈRE

Seigneur, renouvelle ma perception de moi-même. Aide-moi à abandonner les identités construites par mes blessures, mes échecs et l'opinion des autres. Que mes décisions s'alignent avec celle que Tu m'appelles à devenir. Amen.

CE QUE DIEU ME MONTRE AUJOURD'HUI

JOUR 2

BRISE TES LIMITES

Certaines limites visibles commencent par des croyances invisibles.

2 PERSONNAGES BIBLIQUES

• Moïse : « Qui suis-je ? » Son appel ne reposait pas uniquement sur ses capacités naturelles.

• Gédéon : il se voyait petit, mais Dieu l'appelle « vaillant héros ».

LE DÉCLIC DU JOUR

Certaines limites visibles commencent par des croyances invisibles.

MON EXPÉRIENCE / CE QUE CE THÈME RÉVEILLE EN MOI

JOUR 2

BRISE TES LIMITES

INTROSPECTION

Quelle croyance me limite le plus aujourd’hui ?

Que me coûte-t-elle ?

Quelle preuve ai-je qu’elle est absolument vraie ?

Quelle nouvelle croyance dois-je installer ?

Quelle action vais-je faire malgré la peur ?

JOUR 2

BRISE TES LIMITES

DÉCISION • ACTION • PRIÈRE

MA DÉCISION

Je croyais que _____. Aujourd’hui, je choisis de croire _____.

MON ACTION DANS LES 24H

DÉCLARATION PROPHÉTIQUE

Mes anciennes croyances ne détermineront plus mes nouvelles décisions.

PRIÈRE

Seigneur, expose les raisonnements qui limitent ma vision. Donne-moi le courage de penser et d’agir selon la vérité plutôt que selon la peur. Amen.

CE QUE DIEU ME MONTRE AUJOURD’HUI

JOUR 3

DÉCIDE DIFFÉREMMENT

Ton futur se cache parfois derrière une décision que tu continues de reporter.

2 PERSONNAGES BIBLIQUES

• Ruth : elle choisit une nouvelle direction malgré l'incertitude.

• Esther : elle décide d'utiliser sa position malgré le risque.

LE DÉCLIC DU JOUR

Ton futur se cache parfois derrière une décision que tu continues de reporter.

MON EXPÉRIENCE / CE QUE CE THÈME RÉVEILLE EN MOI

JOUR 3

DÉCIDE DIFFÉREMMENT

INTROSPECTION

Quelle décision est-ce que je reporte ?

Depuis combien de temps ?

Pourquoi est-ce que je la reporte ?

Que me coûte mon indécision ?

Que ferait ma future version aujourd’hui ?

JOUR 3

DÉCIDE DIFFÉREMMENT

DÉCISION • ACTION • PRIÈRE

MA DÉCISION

Ma décision aujourd’hui est : _____.

MON ACTION DANS LES 24H

DÉCLARATION PROPHÉTIQUE

Je ne laisse plus l’indécision choisir ma vie à ma place.

PRIÈRE

Seigneur, donne-moi sagesse et courage. Aide-moi à ne plus confondre prudence et immobilisme. Je choisis les décisions alignées avec la vision que Tu as placée en moi. Amen.

CE QUE DIEU ME MONTRE AUJOURD’HUI

JOUR 4

VALEUR & LÉGITIMITÉ

L’humilité ne consiste pas à nier la valeur de ce que Dieu a placé en toi.

2 PERSONNAGES BIBLIQUES

• David : il n’était pas le premier choix de sa famille, mais le regard des autres n’a pas déterminé son appel.

• Jérémie : il se croyait trop jeune, mais Dieu l’appelle au-delà de sa propre perception.

LE DÉCLIC DU JOUR

L’humilité ne consiste pas à nier la valeur de ce que Dieu a placé en toi.

MON EXPÉRIENCE / CE QUE CE THÈME RÉVEILLE EN MOI

JOUR 4

VALEUR & LÉGITIMITÉ

INTROSPECTION

Quelles sont mes 10 compétences ?

Quels problèmes sais-je résoudre ?

Quels résultats ai-je déjà obtenus ou facilités ?

Quand est-ce que je me sens illégitime ?

Quelle preuve de ma valeur ai-je tendance à minimiser ?

JOUR 4

VALEUR & LÉGITIMITÉ

DÉCISION • ACTION • PRIÈRE

MA DÉCISION

Aujourd’hui, je m’autorise à _____.

MON ACTION DANS LES 24H

DÉCLARATION PROPHÉTIQUE

Je reconnais ma valeur sans arrogance et je cesse de diminuer ce que je porte.

PRIÈRE

Seigneur, apprends-moi à voir avec justesse les dons, compétences et expériences que Tu m’as confiés. Que je les mette au service des autres avec assurance et humilité. Amen.

CE QUE DIEU ME MONTRE AUJOURD’HUI

JOUR 5

PROSPÉRITÉ & ABONDANCE

Créer, recevoir, gérer, multiplier et impacter : la prospérité demande aussi de la responsabilité.

2 PERSONNAGES BIBLIQUES

• Abraham : sa bénédiction est liée à une promesse qui dépasse sa personne.

• Joseph : il administre l'abondance avec sagesse afin de préparer l'avenir.

LE DÉCLIC DU JOUR

Créer, recevoir, gérer, multiplier et impacter : la prospérité demande aussi de la responsabilité.

MON EXPÉRIENCE / CE QUE CE THÈME RÉVEILLE EN MOI

JOUR 5

PROSPÉRITÉ & ABONDANCE

INTROSPECTION

Qu’ai-je appris sur l’argent dans mon enfance ?

Que ressens-je quand je dois annoncer un prix ?

Est-ce que je confonds parfois humilité et manque ?

Que pourrais-je financer ou créer avec plus de ressources ?

Quelle croyance financière dois-je remplacer ?

JOUR 5

PROSPÉRITÉ & ABONDANCE

DÉCISION • ACTION • PRIÈRE

MA DÉCISION

Ma nouvelle conviction concernant l’argent est : _____.

MON ACTION DANS LES 24H

DÉCLARATION PROPHÉTIQUE

Je reçois la sagesse pour créer, administrer et multiplier avec intégrité. Ma prospérité devient un instrument d’impact.

PRIÈRE

Seigneur, purifie ma relation à l’argent. Donne-moi la sagesse pour créer de la valeur, recevoir avec gratitude, gérer avec intégrité et utiliser les ressources pour servir et impacter. Amen.

CE QUE DIEU ME MONTRE AUJOURD’HUI

JOUR 6

NOUVEAUX STANDARDS

Ton prochain niveau a besoin de standards, pas seulement d’objectifs.

2 PERSONNAGES BIBLIQUES

• Daniel : ses convictions ne changent pas selon son environnement.

• Néhémie : il protège sa concentration et refuse de descendre de son grand ouvrage.

LE DÉCLIC DU JOUR

Ton prochain niveau a besoin de standards, pas seulement d’objectifs.

MON EXPÉRIENCE / CE QUE CE THÈME RÉVEILLE EN MOI

JOUR 6

NOUVEAUX STANDARDS

INTROSPECTION

Qu’est-ce que je tolère encore ?

Où est-ce que je gaspille mon temps ?

À quoi dois-je dire NON ?

Quelle habitude ralentit le plus ma croissance ?

Quels seront mes nouveaux non-négociables ?

JOUR 6

NOUVEAUX STANDARDS

DÉCISION • ACTION • PRIÈRE

MA DÉCISION

À partir d’aujourd’hui, mon nouveau standard est : _____.

MON ACTION DANS LES 24H

DÉCLARATION PROPHÉTIQUE

Je construis des standards capables de soutenir ma vision.

PRIÈRE

Seigneur, donne-moi discipline, constance et discernement. Aide-moi à protéger ce que Tu m’as confié et à rester fidèle à mes engagements. Amen.

CE QUE DIEU ME MONTRE AUJOURD’HUI

JOUR 7

POSITIONNE-TOI

Tu n’as pas besoin d’être pertinente pour tout le monde. Tu dois devenir claire pour les bonnes personnes.

2 PERSONNAGES BIBLIQUES

• Jean-Baptiste : il sait qui il est et qui il n’est pas.

• Paul : il connaît la mission et le public auxquels il est appelé.

LE DÉCLIC DU JOUR

Tu n’as pas besoin d’être pertinente pour tout le monde. Tu dois devenir claire pour les bonnes personnes.

MON EXPÉRIENCE / CE QUE CE THÈME RÉVEILLE EN MOI

JOUR 7

POSITIONNE-TOI

INTROSPECTION

Qui est-ce que j’aide le mieux ?

Quel problème prioritaire puis-je résoudre ?

Quelle transformation puis-je faciliter ?

Qu’est-ce qui différencie mon approche ?

Mon message est-il compréhensible en 10 secondes ?

JOUR 7

POSITIONNE-TOI

DÉCISION • ACTION • PRIÈRE

MA DÉCISION

J’aide _____ qui _____ à obtenir _____ grâce à _____ sans _____.

MON ACTION DANS LES 24H

DÉCLARATION PROPHÉTIQUE

Je prends ma place avec clarté. Je cesse de diluer mon message pour essayer de plaire à tout le monde.

PRIÈRE

Seigneur, donne-moi la clarté sur ma mission, les personnes que je suis appelée à servir et la manière de communiquer avec justesse ce que je porte. Amen.

CE QUE DIEU ME MONTRE AUJOURD’HUI

JOUR 8

DEVIENS LE CHOIX ÉVIDENT

La différenciation vient de ta clarté, ton excellence, ton histoire, ta méthode et les preuves que tu rends visibles.

2 PERSONNAGES BIBLIQUES

• Betsaleel : une compétence particulière et une excellence au service d'un travail précis.

• Daniel : son esprit d'excellence le distingue.

LE DÉCLIC DU JOUR

La différenciation vient de ta clarté, ton excellence, ton histoire, ta méthode et les preuves que tu rends visibles.

MON EXPÉRIENCE / CE QUE CE THÈME RÉVEILLE EN MOI

JOUR 8

DEVIENS LE CHOIX ÉVIDENT

INTROSPECTION

Pourquoi une cliente devrait-elle me choisir ?

Quelle partie de mon histoire renforce mon message ?

Quelle est ma méthode ?

Quelles preuves dois-je davantage montrer ?

Qu’est-ce que je refuse de copier ?

JOUR 8

DEVIENS LE CHOIX ÉVIDENT

DÉCISION • ACTION • PRIÈRE

MA DÉCISION

Ma différence la plus forte est : _____.

MON ACTION DANS LES 24H

DÉCLARATION PROPHÉTIQUE

Je ne suis pas appelée à être une copie. J'assume ma différence, mon message et ma méthode.

PRIÈRE

Seigneur, aide-moi à servir avec excellence sans comparaison. Fais grandir ce que Tu as placé de singulier en moi et apprends-moi à le communiquer avec confiance. Amen.

CE QUE DIEU ME MONTRE AUJOURD'HUI

JOUR 9

TA NOUVELLE VERSION

Ta nouvelle version n’efface pas ton histoire : elle lui donne une nouvelle signification.

2 PERSONNAGES BIBLIQUES

• Pierre : de l’impulsivité au leadership.

• Marie-Madeleine : son passé n’est pas la dernière phrase de son histoire.

LE DÉCLIC DU JOUR

Ta nouvelle version n’efface pas ton histoire : elle lui donne une nouvelle signification.

MON EXPÉRIENCE / CE QUE CE THÈME RÉVEILLE EN MOI

JOUR 9

TA NOUVELLE VERSION

INTROSPECTION

Dans 90 jours, à quoi ressemble mon business ?

Quelle est mon offre ?

Comment est-ce que je communique ?

Quels standards ai-je installés ?

Quelle décision ma future version me demande-t-elle de prendre aujourd'hui ?

JOUR 9

TA NOUVELLE VERSION

DÉCISION • ACTION • PRIÈRE

MA DÉCISION

Chère moi d’aujourd’hui, merci d’avoir commencé à _____.

MON ACTION DANS LES 24H

DÉCLARATION PROPHÉTIQUE

Je vois ma prochaine version avec clarté. Je marche déjà dans ses décisions, ses habitudes et ses standards.

PRIÈRE

Seigneur, donne-moi une vision claire de la femme que je deviens. Que mon passé serve de témoignage et non de prison. Aide-moi à vivre dès aujourd’hui en cohérence avec ma prochaine saison. Amen.

CE QUE DIEU ME MONTRE AUJOURD’HUI

JOUR 10

PASSE À L'ACTION

Un déclic sans exécution finit par devenir un souvenir.

2 PERSONNAGES BIBLIQUES

• Noé : il construit avant de voir.

• Néhémie : il prie, planifie, mobilise et construit.

LE DÉCLIC DU JOUR

Un déclic sans exécution finit par devenir un souvenir.

MON EXPÉRIENCE / CE QUE CE THÈME RÉVEILLE EN MOI

JOUR 10

PASSE À L’ACTION

INTROSPECTION

Quel est mon plus grand déclic ?

Quelle croyance ai-je abandonnée ?

Quel standard ai-je relevé ?

Qu’est-ce que je comprends maintenant sur mon business ?

Quelles 3 actions vais-je exécuter dans les 72 heures ?

JOUR 10

PASSE À L'ACTION

DÉCISION • ACTION • PRIÈRE

MA DÉCISION

Dans les 72 prochaines heures : 1) _____ 2) _____ 3) _____

MON ACTION DANS LES 24H

DÉCLARATION PROPHÉTIQUE

Je sors de ces 10 jours différente. Je prends possession de ma nouvelle identité et je transforme mes révélations en actions.

PRIÈRE

Seigneur, merci pour ce que Tu m'as révélé. Donne-moi la discipline de continuer lorsque l'émotion disparaît, la sagesse pour bâtir, la force pour persévérer et l'humilité pour continuer à apprendre. Amen.

CE QUE DIEU ME MONTRE AUJOURD'HUI

MON MANIFESTE DE NOUVELLE IDENTITÉ

Je suis une femme qui…

Je crois désormais…

Je ne tolère plus…

Je suis appelée à…

À partir d’aujourd’hui, je deviens…

MON PLAN 30 JOURS

FOI — Quelle discipline vais-je renforcer ?

IDENTITÉ — Quelle habitude vais-je installer ?

BUSINESS — Quelle priorité vais-je exécuter ?

VISIBILITÉ — Combien de fois vais-je prendre la parole ?

VENTE — Combien de conversations vais-je créer ?

MON TABLEAU D’EXÉCUTION

Mes 3 non-négociables chaque semaine

Ce que je dois mesurer

Ce que je dois arrêter

Ce que j’améliore la semaine prochaine

AVANT / APRÈS

Quelle transformation vois-tu déjà ?

Qu’est-ce qui doit encore être construit ?

Mon plus grand changement intérieur

CE N’EST PAS LA FIN.

IDENTITÉ → POSITIONNEMENT → OFFRE → CLIENTES

Tu as travaillé sur la femme. Maintenant, construisons le business qu’elle est capable de porter.

Prochaine étape : DEVIENS LE CHOIX ÉVIDENT™ — Positionnement → Offre Premium → Système 5 Clientes.

Ma décision pour la suite