

DATE

RDV #

THÉMATIQUE →

Répond à cette question avant le début du Rendez-vous virtuel pour reconnaître tes réussites et ta valeur :

1

Quel est mon bon coup de la semaine ou de quoi suis-je le plus fier·ère ?



Cette question te permet d'observer comment tu te sens pour mieux répondre à tes besoins.

2

Dans quel état émotionnel j'arrive ?



JOIE



TRISTESSE



COLÈRE



PEUR



SURPRISE



DÉGOÛT



Quels sont les messages-clés à propos de la thématique d'aujourd'hui ?



4

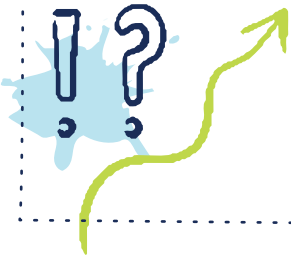
Qu'est-ce que je retiens de cette thématique qui me sera utile ?



5

Quel est mon P-P-P-P-P cette semaine pour passer à l'action ?

(Premier Petit Pas Possible Personnel)



Cette question te permet d'observer comment tu te sens pour mieux répondre à tes besoins.

6

Dans quel état émotionnel je quitte ?



JOIE



TRISTESSE



COLÈRE



PEUR



SURPRISE



DÉGOÛT

MES NOTES

Ueee



« Il ne suffit pas de savoir, il faut aussi appliquer, il ne suffit pas de vouloir, il faut agir ».

Johann Wolfgang von Goethe

