

Ton guide pour

UPEL

TES JOURNÉES

Et manifeste plus efficacement et passe à l'action facilement sans plus attendre



**LES EMPATHES SONT MAGIQUES!
VIS TES RÊVES**

LES BONNES HABITUDES QUOTIDIENNES POUR CRÉER TON SUCCÈS

Ce guide t'aide à construire un cadre simple sur lequel tu peux te reposer et t'appuyer pour créer de bonnes habitudes dans ton quotidien et effectuer tes actions facilement, petites ou grandes mais surtout inspirées pour manifester ta version d'une vie de rêve.

En mettant en place ces habitudes, tu crées cette impulsion et t'habitues à te mettre en action tous les jours.

Tu sais quoi faire et c'est plus facile et simple d'organiser ton quotidien pour que tout se mette en place en direction de ton désir.

Quoi qu'il arrive, tu te sens calme et rassurée tout en sachant quoi faire pour atteindre ton rêve.

C'est une guide simple et efficace pour ne plus remettre à plus tard ce qui est important pour manifester ton rêve.

Tu le sais: l'Univers t'as entendu et fait sa part mais tu dois aussi de ton côté créer avec des actions inspirées.



LES EMPATHES SONT MAGIQUES!
VIS TES RÊVES



EMILIE

COACH MANIFESTATION | MINDSET

Je m'appelle Emilie et je suis coach en manifestation et mindset, ça veut dire que je t'accompagne dans le but que **toutes tes croyances conscientes ET inconscientes s'unissent pour t'aider à te créer TA version d'une vie de rêve beaucoup plus facilement et rapidement sans te mettre de bâtons dans les roues.** Il est temps de te créer la vie que tu mérites et de ne pas faire qu'y penser, je suis là pour t'y aider !

En commençant à te créer des habitudes au quotidien en direction de ton rêve et petit à petit, sans t'en rendre compte ces rituels feront partis intégrantes de ta routine et tu passeras à l'action de la plus normale des façons sans hésiter, procrastiner, douter de ce que tu dois faire pour accéder à ta vie de rêve .

LES EMPATHES SONT MAGIQUES!
VIS TES RÊVES

LES BONNES HABITUDES QUOTIDIENNES POUR CRÉER TON SUCCÈS

Mon TOP 3 de mes priorités
pour ma vie

Mon TOP 3 de ce qui me stresse le
plus dans ma vie

Quelles choses je peux mettre en place pour améliorer immédiatement mon quotidien ?
(Pense à des choses spécifiques et mesurables qui peuvent soutenir ta vie au mieux)

Actions

Les bénéfices immédiats

Garde 3 habitudes que tu veux adopter dans ton quotidien :

Je commence à demain
Je commence à la semaine prochaine
Je commence à le mois prochain

LES BONNES HABITUDES QUOTIDIENNES POUR CRÉER TON SUCCÈS

Fait le point et
PASSE À L'ACTION!

REMARQUE : Les questions sont délibérément vagues - alors, écris tout ce qui te vient à l'esprit.

1. **Tolerances** (*Qu'est-ce que tu supportes et qui est lourd pour toi en ce moment ?*)
2. **Responsabilité** (*Qu'est ce que tu penses que tu devrais être en train de faire en ce moment ?*)
3. **Frustrations** (*Quelles sont les choses qui te frustrant le plus ?*)
4. **Désirs** (*Que veux-tu vraiment pour toi maintenant ?*)
5. **Ressentis** (*Comment tu te sens en général et comment tu voudrais te sentir ?*)

Passe en revue tes réponses ci-dessus, puis imagine et écris ce que tu ferais pour aborder chaque point différemment au cours de la semaine suivante :

1ère Observation clé

Action 1

2nd Observation clé

Action 2

LES BONNES HABITUDES QUOTIDIENNES POUR CRÉER TON SUCCÈS

UNE SEMAINE DU SUCCÈS Planner

Date:

Mon TOP 3 des priorités

Mon objectif de la
semaine

Ce que je dois me rappeler

- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐

Obstacles:

Distractions:

Actions:

Mes accélérateurs de productivité

LES BONNES HABITUDES QUOTIDIENNES POUR CRÉER TON SUCCÈS

JE PASSE MA SEMAINE EN REVUE

Les wins de la semaines ?

Qu'est ce que j'ai appris ?

Qu'est ce que j'aurais pu faire différemment ?

RESSOURCES

Besoin d'aide supplémentaire ? Jette un oeil à mes ressources gratuites

Tu es brouillée avec l'argent et tu souhaites te reconnecter à l'abondance financière, c'est par là



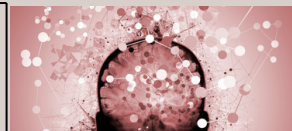
Tu veux simplifier ton passage à l'action pour manifester plus efficacement et rapidement, C'est par ici



Tu veux connecter avec mon contenu riche en conseils et méthodes pour t'aider à manifester ta version d'une vie de rêve et me poser tes questions clique ici



Tu veux juste te détendre en écoutant une méditation à haute fréquence pour reprogrammer ton cerveau à la richesse, appuis là !



Emilie

Coach Mindset et Manifestation

**LES EMPATHES SONT MAGIQUES!
VIS TES RÊVES**