



 **Ma Feuille de Route**
Femme en construction

2e semestre



avec Nicole Nérée



✨ 1. Mon mot-clé de semestre :

*(un mot guide, comme :
rayonnement, audace, alignement...)*

💖 2. Mon intention principale pour moi-même



3. Mon objectif entrepreneurial prioritaire





4. Mon plan en 3 piliers :

- Ce que je dois lâcher :
- Ce que je veux nourrir :
- Ce que je vais oser :



5. Mes temps forts à venir *(événements,ancements, rdv pro, etc.)*

Juillet



5. Mes temps forts à venir

(événements,ancements, rdv pro, etc.)

Août



5. Mes temps forts à venir *(événements,ancements, rdv pro, etc.)*

Septembre



5. Mes temps forts à venir *(événements,ancements, rdv pro, etc.)*

Octobre



5. Mes temps forts à venir (événements,ancements, rdv pro, etc.)

Novembre






5. Mes temps forts à venir *(événements,ancements, rdv pro, etc.)*


Décembre


6. Ma routine hebdo "Glow & Focus"

✨ *Chaque semaine, je prends un moment pour me reconnecter à mes objectifs et à mon énergie.*

À compléter :

 Jour choisi : _____

 Moment idéal (matin, soir...) : _____

 Je choisis au moins une de ces actions :

- ◆ Relire mon intention de semestre
- ◆ Écouter l'audio "Tu n'es pas en retard"
- ◆ Écrire 3 gratitudes + 1 priorité pour la semaine
- ◆ Recaler mon agenda selon ce qui me nourrit
- ◆ M'offrir 20 min de pause consciente (respiration, thé, silence...)

♥ *Ta routine peut évoluer : adapte-la à ton énergie et ton rythme. L'essentiel est de revenir à toi, chaque semaine.*



MERCI D'AVOIR CHEMINE AVEC MOI

CE PLANIFICATEUR N'EST PAS UN OUTIL COMME LES AUTRES.
C'EST UN COMPAGNON DE RECONSTRUCTION, UN ESPACE
POUR OSER TE RECENTRER, RÊVER PLUS HAUT, ET POSER DES
ACTIONS ALIGNÉES AVEC QUI TU ES EN TRAIN DE DEVENIR.

RAPPELLE-TOI :
TU N'ES PAS EN RETARD.
TU ES EN CONSTRUCTION.
ET CHAQUE PAS COMPTE.



À PROPOS DE MOI

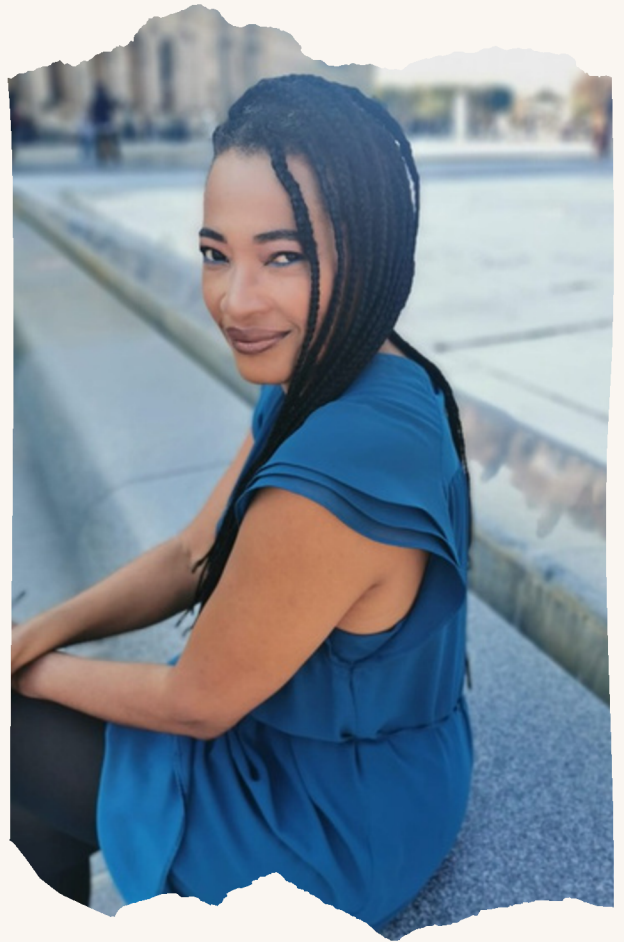
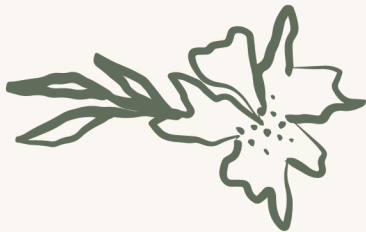
Je suis **Nicole**, auteure du livre « Sois ! Une femme en construction », femme en chemin... comme toi.

Ma mission ?

T'aider à te réaligner, te révéler et prendre ton envol.

A incarner pleinement ta voix, ton message et ta puissance.

Que ce soit à travers le bien-être, la voix, ou la langue, je crois au pouvoir des femmes antillaises qui se lèvent pour répondre à leur appel.



ALLER PLUS LOIN AVEC MOI

- ◆ Lire mon livre : Sois ! Une femme en construction
- ◆ Découvrir mes accompagnements : Sois coaching, Calm Power, Reine sous pression, Identity Expansion...
- ◆ Me suivre sur les réseaux
- ◆ Me recommander à une amie en quête de sens et d'élan ✨



ME CONTACTER

 www.nicoleneree.com

 06.50.43.53.85

 www.linkedin.com/in/nicole-neree/

 @nicole_uplady

 @NicoleUPLady

 *Chaque jour est une pierre posée vers une vie plus alignée.*

À très bientôt pour la suite 🍀