

Joyeuses fêtes & Bonne année 2020!



Regard sur ma vie...

Mon bilan 2019

Les plus belles choses

Qui me soient arrivées en 2019 - plus
beaux souvenirs !

Mes gratitudes

Les évènements, les choses, les personnes... envers
lesquels je suis reconnaissant (e)!

- ▶ Merci..._____
- ▶ Merci..._____
- ▶ Merci..._____
- ▶ Merci..._____

Mes réalisations 2019

Ce que j'ai réalisé en 2019 et dont je suis fier (e)

« Bravo »:

😊 _____

😊 _____

😊 _____

😊 _____

😊 _____

Ce que je me reconnais et dont je suis fier (e)

qualités, forces ,compétences, talents, valeurs









Mes défis

Mes points à améliorer: aptitudes, habitudes, attitudes, comportements, compétences, croyances...

- ▶ _____
- ▶ _____
- ▶ _____
- ▶ _____

Ce que je veux laisser derrière moi:

Évènements-Relations-Rancunes-Peurs-Regrets...

- ▶ _____
- ▶ _____
- ▶ _____
- ▶ _____
- ▶ _____

Mes apprentissages

- ▶ _____
- ▶ _____
- ▶ _____
- ▶ _____
- ▶ _____

Mon année 2019 en un mot ou
un symbole



Mes rêves et objectifs 2020

Personnel, professionnel, santé, amour, famille, finance, ...

- ▶ _____
- ▶ _____
- ▶ _____
- ▶ _____
- ▶ _____

Mes priorités et engagements 2020

Ce qui est le plus importants pour moi pour l'année 2020

- ▶ _____
- ▶ _____
- ▶ _____
- ▶ _____

mes actions!

Ce qui me permettra de réaliser mes objectifs et mes rêves?

- ▶ _____
- ▶ _____
- ▶ _____
- ▶ _____

Bonne année 2020!

Diane Gagnon



midi-pile-coaching.com