

MON HAPPINESS CANVA

Mes mantras (et citations inspirantes)

1	
2	
3	
4	
5	

Mes outils

1	
2	
3	
4	
5	

Mes partenaires et supports

1	
2	
3	
4	
5	

Les rituels positifs que je souhaite mettre en place

1	
2	
3	
4	
5	

Mes prochains petits pas

1	
2	
3	
4	
5	

Les chantiers plus conséquents que j'aimerais lancer

1	
2	
3	
4	
5	

Mes forces et talents actuels (et ceux que j'aimerais développer)

1	
2	
3	
4	
5	

Mes moteurs profonds : ce qui a du sens pour moi

1	
2	
3	
4	
5	

Ma vision : le meilleur moi possible dans 5 à 10 ans

1	
2	
3	
4	
5	

Mes grands objectifs à 1 an

1	
2	
3	
4	
5	

Mes grands objectifs à 5 ans

1	
2	
3	
4	
5	

Mes grands objectifs de vie

1	
2	
3	
4	
5	

Mes boosters d'émotions positives

1	
2	
3	
4	
5	

Mes principales sources de stress

1	
2	
3	
4	
5	

Mes "déstresseurs" express

1	
2	
3	
4	
5	