

ACTIONS POUR LA SESSION #4

Ce qui va bien dans ma vie

Les défis et obstacles qui se sont érigé sur ma route cette semaine

Ce que j'aimerais faire pour surmonter ces obstacles

Le plaisir est ce qui entraine la formation d'habitude.

Ce qui me fait plaisir :

Les habitudes du quotidien vont déterminer la qualité de ma vie et

santé.

Les habitudes qui me font du bien :

Ma répétition mentale pour créer le succès:

Marquez la boîte lorsque vous avez complété votre répétition mentale chaque jour

- Jour 1
- Jour 2
- Jour 3
- Jour 4
- Jour 5
- Jour 6

Mes actions pour cette session sont:

•

•