



Un entrepreneur est un explorateur qui découvre de nouveaux horizons en transformant les défis en opportunités, les obstacles en leviers et les rêves en réalité.

Date : _____

Mon intention de la journée :

Mon objectif business est :

Je suis en gratitude pour quoi/qui :

01

02

03

Mes 3 objectifs de la journée :

01

02

03

MATIN

Avoir une bonne hygiène de vie est essentiel pour maintenir un niveau élevé de performance et de bien-être. Assurez-vous d'intégrer ces éléments-clés à votre quotidien.

MANGER

SPORT

BOIRE

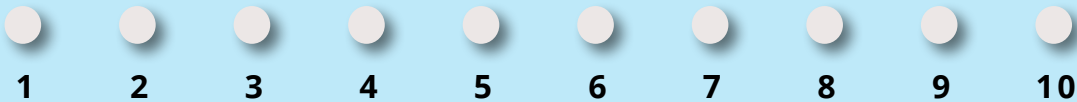
PAUSE

DORMIR

LIRE

SORTIR DE
SA ZONE

NIVEAU D'ÉNERGIE



Comment puis-je augmenter mon énergie?

Action #1 _____ Action #2 _____

Quelle est l'action posée en lien avec mon objectif entrepreneurial?

2 situations agréables qui se sont produites aujourd'hui :

01

02

Qu'est-ce que j'ai appris aujourd'hui?

Qu'est-ce qui a été difficile aujourd'hui et comment j'ai réussi à surmonter cette difficulté?

Qu'est-ce que je peux faire demain pour rendre ma journée encore meilleure?