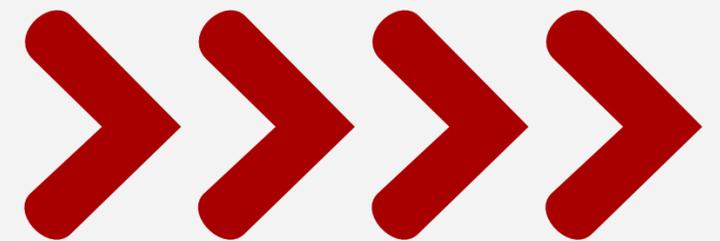
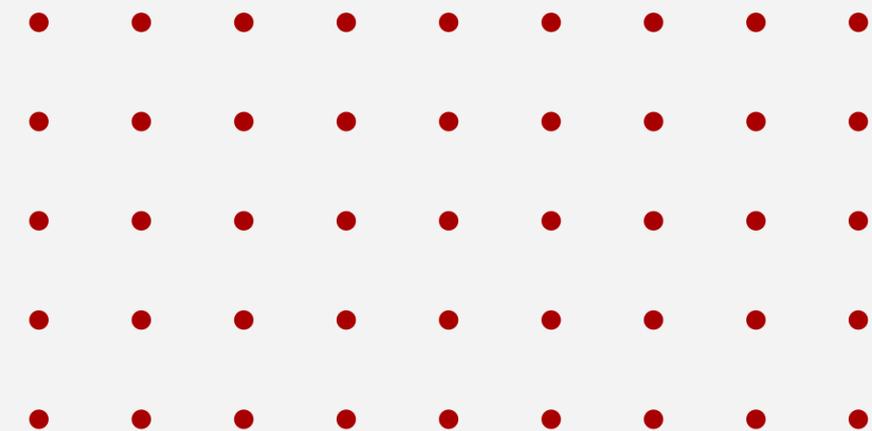




DONNEZ-VOUS LA CHANCE

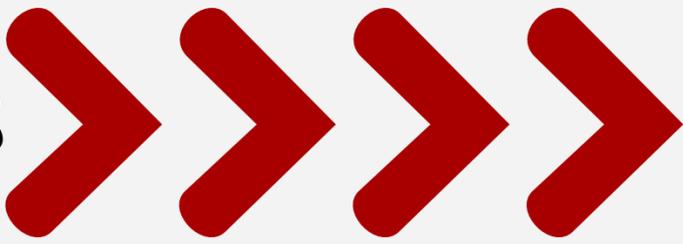
DE RÉUSSIR VOS OBJECTIFS



CRÉÉ PAR
CHRIS



COMMENT DEFINIR CES OBJECTIFS



DE VIE 



Premier pas

Vous devez réfléchir à **5 choses que vous rêvez de posséder**, mais pas seulement des biens matériels (par exemple : avoir un chien ou avoir perdu du poids). Puis décidez dans combien de temps, vous souhaiteriez y arriver et notez-le sous la rubrique AVOIR de la page 3.



Second pas

Maintenant, pensez à **5 choses que vous voulez être**, cela peut prendre les formes suivantes : être un grand cuisinier, être plus calme, être inscrit à un cours de danse. Je vous laisse à votre imagination et surtout à vos rêves. Notez-le sous la rubrique ÊTRE à la page 3, toujours en choisissant dans combien d'année vous aimeriez y parvenir.



Troisième pas

Pour terminer, réfléchissez à **ce que vous aimeriez faire**. Comme par exemple : faire du sport, faire un tour du monde ou même redécorer ma chambre à coucher. Lorsque vous avez trouvé vos inspirations, notez-les à la page 3 sous la rubrique FAIRE, encore en sélectionnant dans combien de temps.



Si vous êtes bloqué

Posez-vous les 2 questions suivantes :

- Que feriez-vous, jour après jour, si vous aviez 10 millions d'euros à la banque ?
- Qu'est-ce qui vous donnerait le plus envie de voir le jour suivant se lever ?



OBJECTIFS DE VIE



1 an



2 ans



3 ans



4 ans



5 ans



10 ans



Exemple

AVOIR

ÊTRE

FAIRE

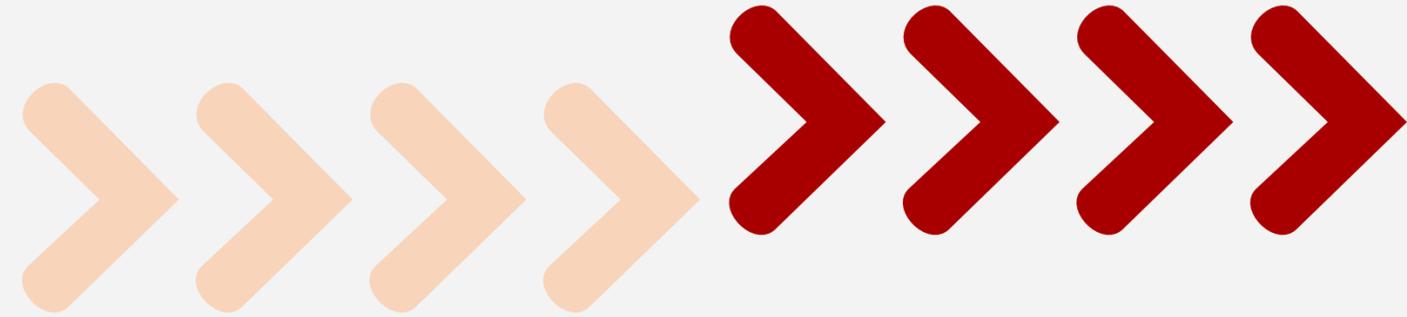
Lu 1 livre / mois

Inscrit à la formation «Entrainé pour réussir» de David Laroche

Un voyage à l'île Maurice



OBJECTIFS POUR L'ANNÉE

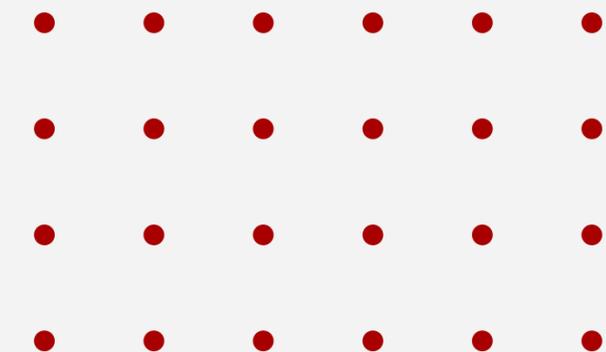


Choisir ses objectifs

Une fois que vous avez complété le tableau de la page 3, vous devez choisir vos objectifs pour l'année en cours. (ATTENTION : maximum 5 objectifs). Personnellement, je vous recommande d'**en choisir 3** (1 dans chaque section, Avoir – Être – Faire), **pourquoi ?**

Parce qu'il vaut mieux se focaliser sur un petit nombre d'objectifs et **les réaliser**, que de vouloir trop en faire et ne rien faire.

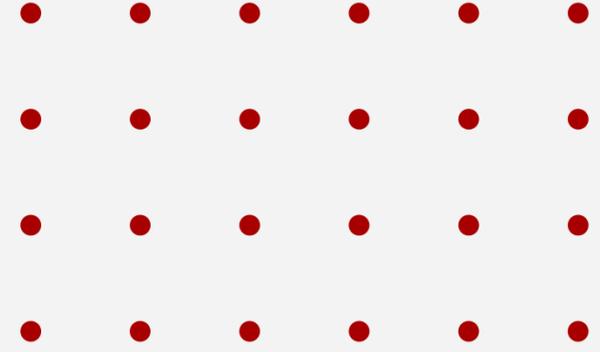
Donc, **choisissez 3 objectifs**, donnez-leur un titre et notez-les en page 5.





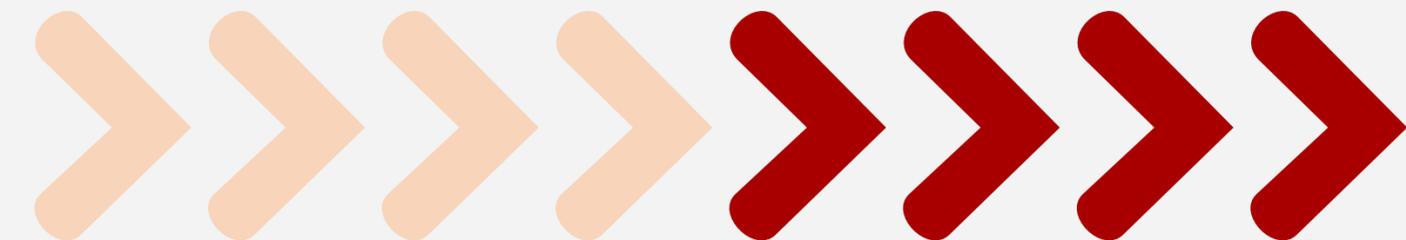
OBJECTIFS POUR L'ANNÉE

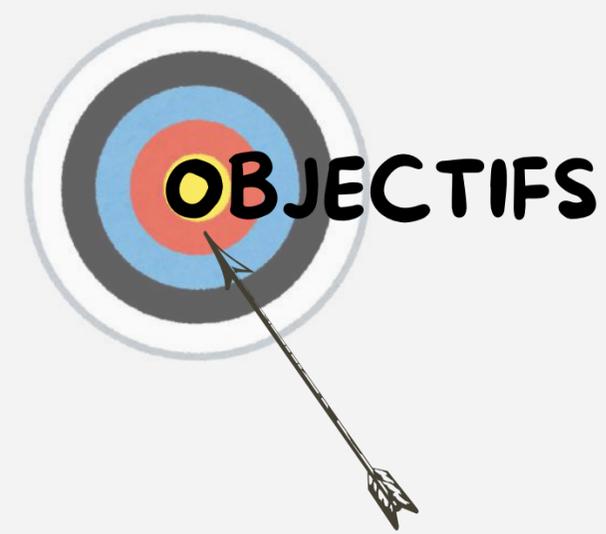
20__



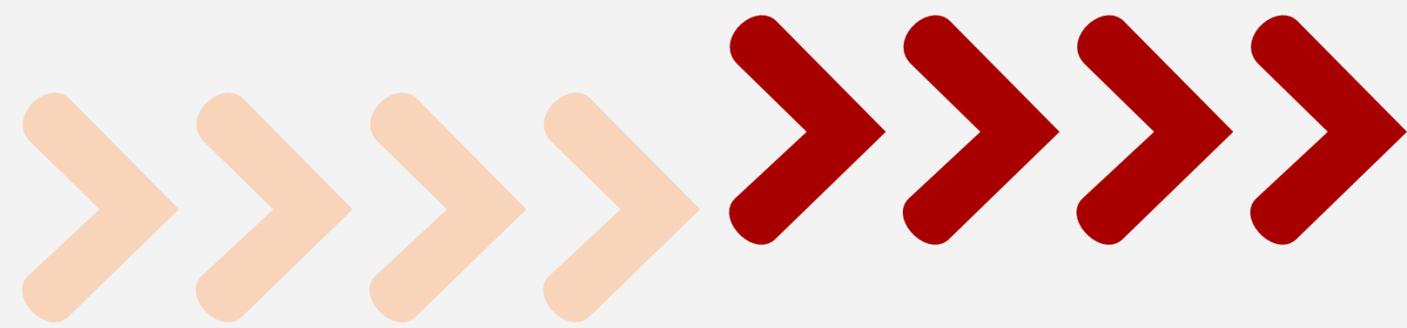
Exemple

LECTURE : Lire 1 livre / mois





VOS BUTS



Maintenant, pour remplir la page 7, pour chaque objectif, vous devez **décrire les étapes à accomplir** pour atteindre votre objectif.

Ci-dessous, je vous mets un exemple :



FORMATION : m'inscrire à "Entrainé pour réussir" de David Laroche.



1 Me renseigner sur la formation.

2 Regarder mes finances, pour savoir si la formation rentre dans mon budget.

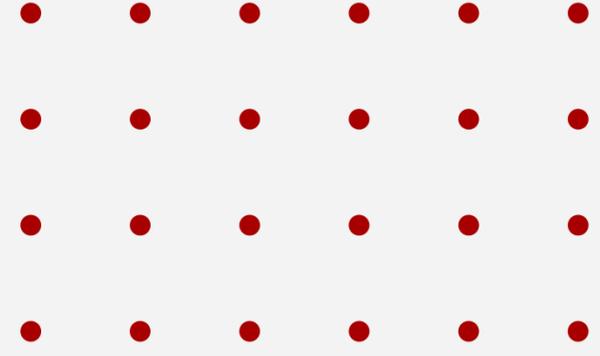
3 M'inscrire à la formation et la suivre.





OBJECTIFS

VOS BUTS



Objectif N° 1 :



Objectif N° 2 :



Objectif N° 3 :



Objectif N° 4 :

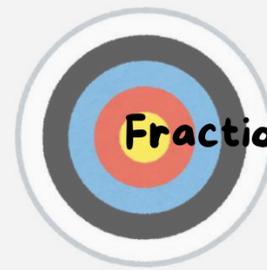


Objectif N° 5 :





PAR MOIS



Fractionner vos objectifs par mois



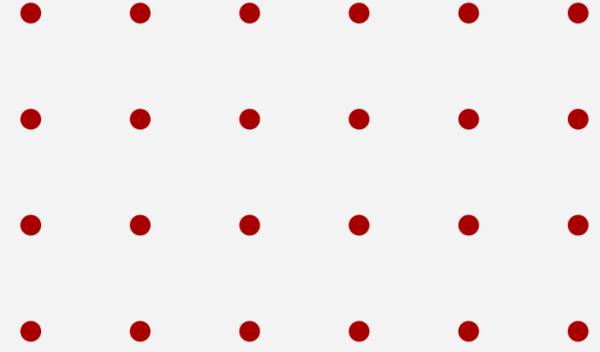
Qu'est-ce que cela signifie : eh bien ! il faut que vous **décidiez quel mois** vous voulez accomplir **quelle action**. Je continue avec mon exemple de la page 6.

Mois	Semaine 1	Semaine 2	Semaine 3	Semaine 4	Semaine 5	Semaine 6
JANVIER			Me renseigner sur la formation.		Regarder mes finances.	
FÉVRIER	M'inscrire à la formation.		Commencer la formation.			
MARS						
AVRIL						
MAI						
JUIN						
JUILLET						
AOUT						
SEPTEMBRE						
OCTOBRE						
NOVEMBRE						
DÉCEMBRE						





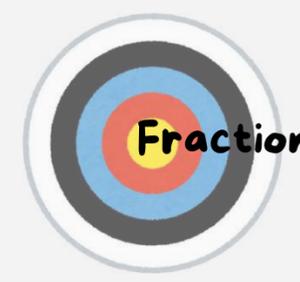
OBJECTIFS **PAR MOIS**



Mois	Semaine 1	Semaine 2	Semaine 3	Semaine 4	Semaine 5	Semaine 6
JANVIER						
FÉVRIER						
MARS						
AVRIL						
MAI						
JUIN						
JUILLET						
AOUT						
SEPTEMBRE						
OCTOBRE						
NOVEMBRE						
DÉCEMBRE						



OBJECTIFS PAR SEMAINE



Fractionner vos objectifs par semaine



Semaine du 28.04 au 04.05

Détailler les **actions** à faire, pour **chaque semaine**. Un conseil : ne remplissez que les 2 premières semaines, car vous pouvez avoir des surprises et devoir repousser certaines actions. Je poursuis avec mon exemple de la page 8.

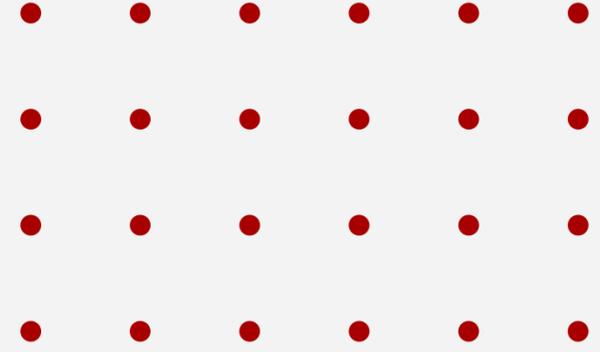
Objectifs	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
FORMATION	Me renseigner sur le site de David Laroche.		Regarder les vidéos des études de cas.		Prendre ma décision formation ou pas.		





OBJECTIFS PAR SEMAINE

Semaine du ___-___ au ___-___



Objectifs	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE





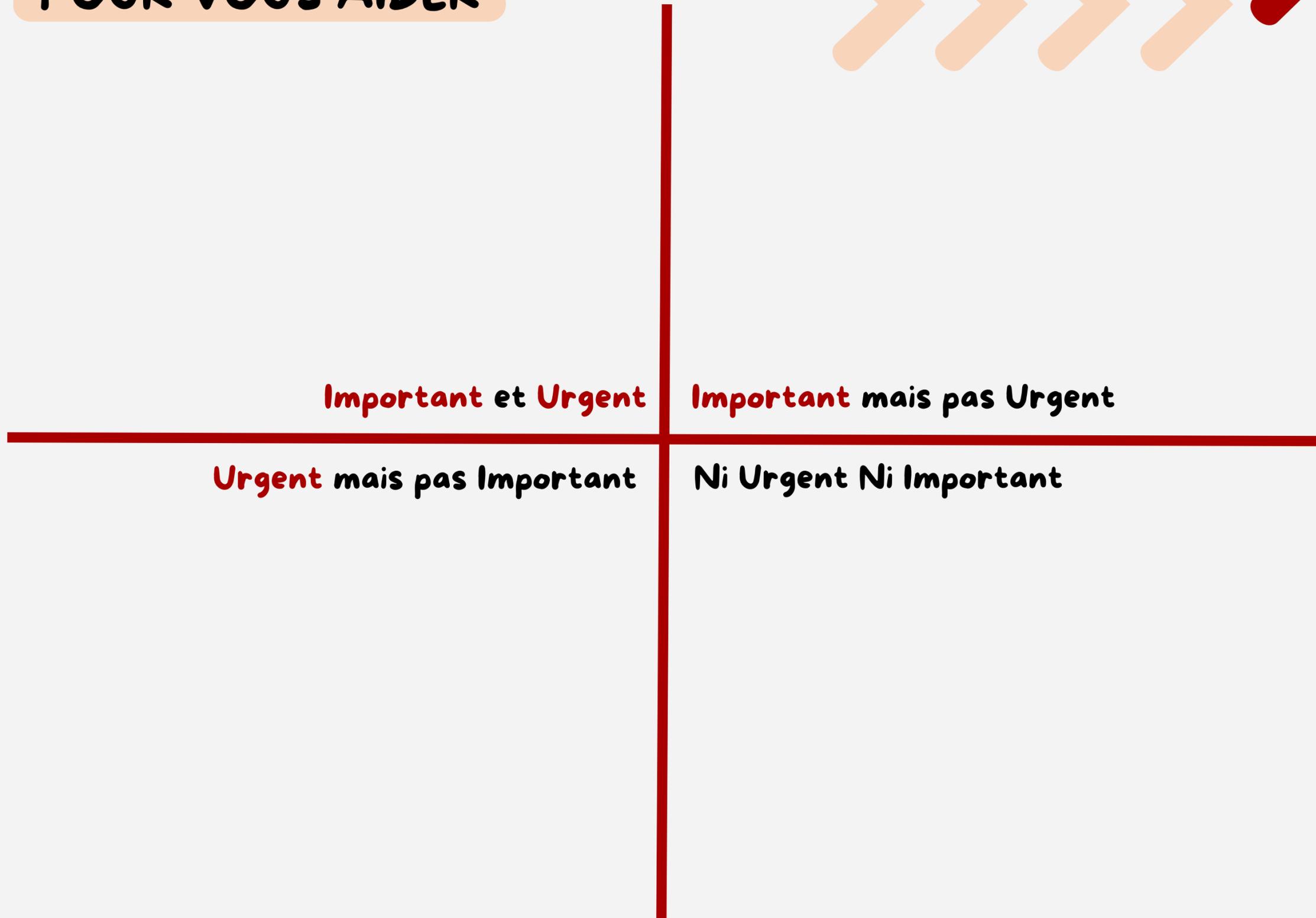
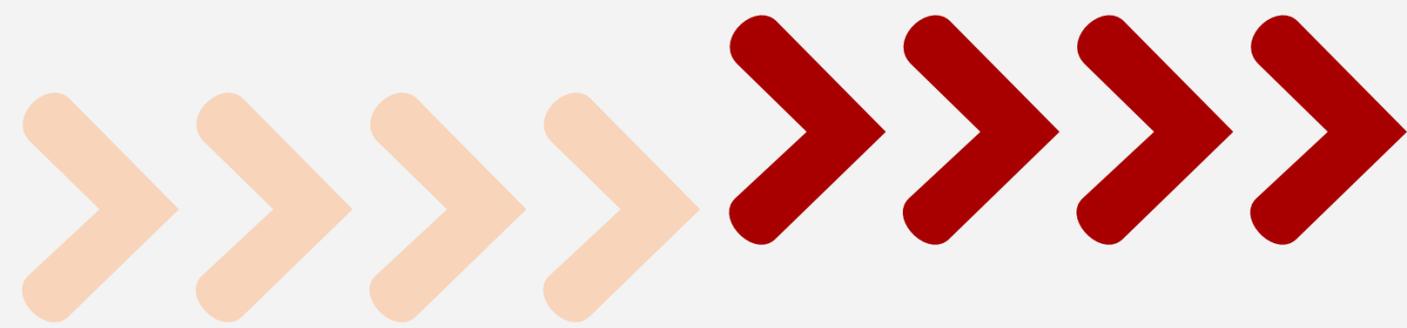
NE PAS OUBLIER

Tenez une liste des choses à faire, importantes ou que vous ne voulez pas oublier. Si vous ne savez pas comment les classer, aidez-vous du tableau de la page 13.





POUR VOUS AIDER





RÉSULTATS

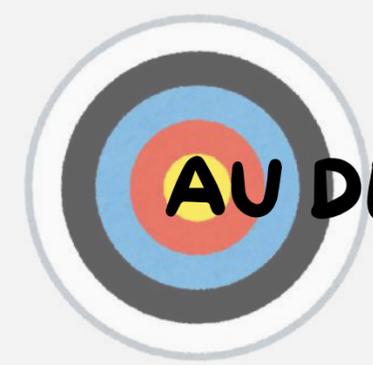
Si vous désirez faire un bilan de vos objectifs.



Nom de l'Objectif

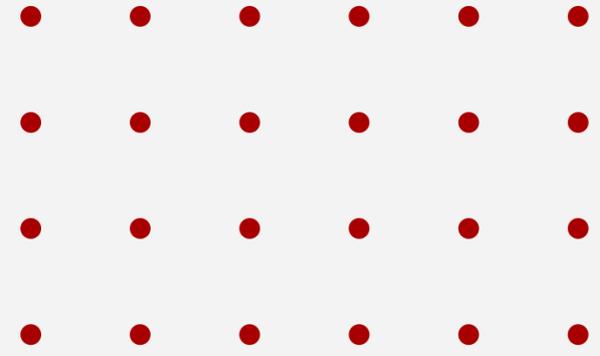
Mes Victoires

Mes Difficultés



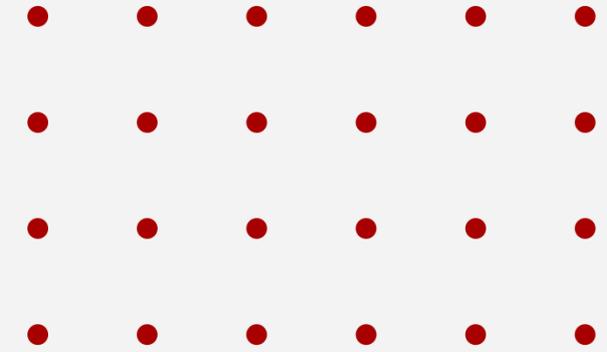
AU DELA DE L'HORIZON

NE JAMAIS OUBLIER



Notez dans cette liste tout ce que vous désirez accomplir, mais que vous savez que vous ne le ferez pas cette année.





**Je vous remercie d'avoir téléchargé ce guide !
Si vous désirez surfer sur mon site...**

Cliquez ICI

