



TODAY

@bienetresimple

Prévoyez les tâches les plus importantes pour la journée et indiquez le temps nécessaire pour chacune d'elles.

① TRAVAIL - 3 top priorités

 _____ _____ _____

② PERSO - 3 choses à faire

 _____ _____ _____



TO DO

@bienetresimple

Votre To do liste est votre meilleure alliée pour noter tous ce que vous avez à faire.

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____





PAUSES

@bienetresimple

Avez-vous prévu des pauses aujourd'hui? Pour combien de temps? Pour faire quoi?

Pause #1: _____

Pause #2: _____

Pause #3: _____





ACCOMPLISSEMENTS

@bienetresimple

Qu'avez-vous accompli aujourd'hui? De quoi êtes-vous fiers?
Que pouvez-vous améliorer pour demain?

1 _____

2 _____

3 _____

4 _____

5 _____

