



NATHALIE
BERTRAND
COACHING

Trimestre:

Mes Intentions

Il est plus que probable que vous parveniez à vos objectifs si vous êtes bien aligné sur vos intentions. Par exemple, vous pourriez vouloir dire oui à plus de temps pour l'exercice et dire non aux fêtes de famille qui vous remplissent d'énergies négatives. Se respecter et respecter son rythme est essentiel à l'équilibre. Vivre sa vie avec intention, c'est vivre votre mission de vie à votre façon.

Santé

- 1-.....
.....
- 2-.....
.....
- 3-.....

Croissance personnel

- 1-.....
.....
- 2-.....
.....
- 3-.....

Soins personnel

- 1-.....
.....
- 2-.....
.....

Famille et amis.....

- 1-.....
.....
- 2-.....
.....
- 3-.....

Plaisir et aventure

- 1-.....
.....
- 2-.....
.....
- 3-.....

Temps, énergie, argent

- 1-.....
.....
- 2-.....
.....
- 3-.....