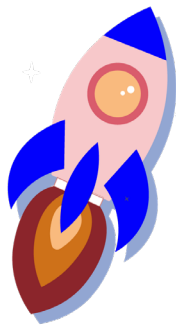


# MY GIRLBOOST JOURNAL

*«Il est temps de vivre la vie dont tu as rêvé.»*



# Ma semaine de GIRLBOOST

" *Tout est possible* "



## Objectives indispensables

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_



## Objectifs importants MUST HAVE

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_



## Objectifs minoritaires NICE TO HAVE

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_



## Récompense



## Bilan

DATE : .. / .. / ..

L M M J V S D

«Il faut toujours viser la lune, car même en cas d'échec, on atterrit dans les étoiles.» - OSCAR WILDE

### MES GRATITUDES

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

### MES SOUHAITS

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

### MES OBJECTIFS PRINCIPAUX\*



- 
- 
- 

SONT-ILS EN LIEN AVEC LES OBJECTIFS DE MA SEMAINE?\*

OUI

NON

### COMMENT JE ME SENS AUJOURD'HUI?



### JE VAIS PRENDRE SOIN DE MOI AVEC



### TO DO

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

### NOTES



### QU'AI-JE FAIT DE POSITIF AUJOURD'HUI?



### DEMAIN SERA ENCORE MIEUX PARCE QUE...

## MON BILAN HEBDO

Une nouvelle semaine vient de se terminer. Comment te sens-tu? Est-ce que tu as rempli tes objectifs ou est-ce que le temps s'est échappé doucement... Le bilan permet de faire le point, de terminer la semaine sur une note positive et de préparer celle à venir sans rien oublier... On continue les GIRLBOOST ! Et pas à pas, on va construire notre succès.

### COMMENT MA SEMAINE S'EST-ELLE PASSÉE? QU'EST-CE QUE JE RETIENS?

.....

.....

.....

#### QUELLES SONT MES VICTOIRES?

- .....
- .....
- .....



#### ET MES AXES AMÉLIORATIONS?

- .....
- .....
- .....

## MON VIDE-CERVEAU

Utilise cet espace pour vider ta charge mentale ! Pose ici tes rendez-vous importants, les choses que tu as du reporter et qu'il ne faut pas oublier. Ensuite organise-les dans la ou les semaines à venir. #YOUNGOGIRL

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

### QUEL EST MON OBJECTIF PRINCIPAL POUR LA SEMAINE À VENIR?

CÔTE PRO

CÔTE PERSO

.....	.....
.....	.....
.....	.....