

**A C T I V I T E VII**

**En réfléchissant sur ma façon de vivre, sur mon quotidien:**



a) Ce qui me frappe: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

b) Ce que je ressens: \_\_\_\_\_

c) Est-ce que je suis bien dans ma vie de tous les jours?

\_\_\_\_\_



d) Mes satisfactions: \_\_\_\_\_

e) Mes désirs de changement: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

f) Mon pouvoir de changement: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



Quel(s) moyen(s) je pourrais utiliser pour changer ce qui ne me plaît pas dans mon quotidien?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

g) Quelle serait une journée idéale? (facultatif)

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_