

# CONTRAT

Je m'engage à me rendre disponible une heure chaque semaine pour établir mon tableau de bord, fixer mes objectifs, définir mes actions hebdomadaires et contrôler leur réalisation.

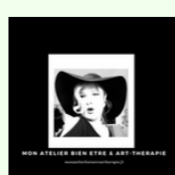
Je comprends que cet outil va m'aider à reprendre le contrôle de ma vie et de la direction que je souhaite lui donner.

Je prends conscience que cet outil va sans doute soulever des résistances en moi et de la part de mon entourage que je devrai apprendre à gérer.

Avec ce contrat je m'engage à prendre soin de moi, de mon corps et de mon esprit.

Fait à

Le



# CONTRAT

J

Fait à

Le

