

PRIMAIRE

AUTO-ÉVALUATION

MA JOURNÉE ÉQUILBRÉE !



Divise ton cercle
selon ta journée.
Colorie chaque
partie selon
le temps passé
(minutes ou %
approximatifs)!

☆ Qu'est-ce que j'ai bien fait aujourd'hui ?

♥ Qu'est-ce que je peux améliorer demain ?

💡 Quel petit geste vais-je essayer demain ?



Chaque petit pas compte !



☆☆ Il n'y a pas de journée parfaite, juste des choix à ajuster. ♥

PRIMAIRE

AUTO-ÉVALUATION

MA JOURNÉE ÉQUILBRÉE !



Divise ton cercle
selon ta journée.
Colorie chaque
partie selon
le temps passé
(minutes ou %
approximatifs)!

☆ Qu'est-ce que j'ai bien fait aujourd'hui ?

♥ Qu'est-ce que je peux améliorer demain ?

💡 Quel petit geste vais-je essayer demain ?



Chaque petit pas compte !



☆☆ Il n'y a pas de journée parfaite, juste des choix à ajuster. ♥

PRIMAIRE

AUTO-ÉVALUATION

MA JOURNÉE ÉQUILBRÉE !



Divise ton cercle
selon ta journée.
Colorie chaque
partie selon
le temps passé
(minutes ou %
approximatifs)!

☆ Qu'est-ce que j'ai bien fait aujourd'hui ?

♥ Qu'est-ce que je peux améliorer demain ?

💡 Quel petit geste vais-je essayer demain ?



Chaque petit pas compte !



☆☆ Il n'y a pas de journée parfaite, juste des choix à ajuster. ♥