

 JOUR :

 Énergie du matin : (coche ou supprime)

• Haute / Moyenne / Basse

 Action PRO du jour :

- 1.
- 2.
- 3.

 Action PRIVÉ du jour :

- 1.
- 2.
- 3.

 Décision du jour (STOP / GO / WAIT) :

- STOP:
- WAIT :
- GO :
- OR NOT GO :

 Tâche essentielle :

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

 Organisation du temps :

Matin : _____

Midi : _____

Après-midi : _____

Soir : _____

 Victoire du jour :

- 1.
- 2.
- 3.

 Ce que je laisse aujourd'hui :

- 1.
- 2.
- 3.

3.