



hugodube.ca

COMMENT...
COMPLÉTER
TON
BILAN DE VIE ?

BILAN DES SPHÈRES DE TA VIE



① BILAN DES SPHÈRES DE TA VIE			② ÉVALUATION - 30 JOURS PLUS TARD	
Les sphères de ta vie	Ton degré d'appréciation en date d'aujourd'hui	Tes objectifs Pour améliorer certaines sphères de ta vie	Ton degré d'appréciation en date d'aujourd'hui	Notes
Famille	/10		/10	
Amour	/10		/10	
Travail	/10		/10	
Bien-être	/10		/10	
Loisirs (Temps pour soi)	/10		/10	
Finances	/10		/10	
Développement personnel	/10		/10	
Vie sociale	/10		/10	
Ton bilan	/80		/80	



hugodube.ca

LES NIVEAUX DU BILAN DE VIE

- 1) **Dénier**
- 2) **Accepter**
- 3) **Désirer le changement**
- 4) **Savoir ce qu'on désire**
- 5) **Établir des objectifs**
- 6) **Passer à l'action**
- 7) **Appliquer**
- 8) **Intégrer**
- 9) **Réitérer**
- 10) **Maintenir**



hugodube.ca

SERVICE DE GUIDE – COACHING

TRACER VOTRE CHEMIN

- Selon votre vraie nature.

ÉCLAIRER VOTRE VISION

- Reprendre le contrôle de votre vie = Entreprendre votre vie !

AMÉLIORER VOS RELATIONS

- Vous prioriser, être votre propre source de bonheur;
- Reconnecter avec votre enfant intérieur; vos valeurs profondes; votre ressenti.

BRISER VOS BARRIÈRES

- Défaire vos croyances limitantes !



hugodube.ca

Coach & Conférencier

Informations:

www.hugoencavale.ca



[hugodube.ca](https://www.facebook.com/hugodube.ca)