

DATE:

MERCI 

**GRATITUDE DU MOIS :**



✦ Ce dont je suis fièr(e) ce mois-ci

---

---

---

✦ Comment je me sens ?

---

---

---

✦ Le(s) défi(s) que j'ai relevé(s)

---

---

---

✦ Que puis-je améliorer ?

---

---

---

✦ Objectif(s) atteint(s)

---

---

---

✦ Objectif(s) du mois prochain

---

---

---

✦ **TROIS CHOSES POUR LESQUELLES JE SUIS RECONNAISSANT(E) CE MOIS-CI :**

✦ **DEUX LEÇONS DE VIE QUE J'AI APPRIS CE MOIS-CI :**

---

✦ **UN MOT QUI DÉCRIT LE MIEUX CE MOIS-CI :**

---

✦ **TRACKERS BIEN-ÊTRE :**

