

Bilan de fin d'année 20....

L'intention est de se tourner vers l'année écoulée, pour récolter les **cadeaux**, les apprentissages, les victoires... et se préparer à l'année suivante.

Chaque circonstance peut être considérée sous un jour positif.

L'objectif est la **célébration** et la **gratitude**.

En parler avec d'autres personnes est très constructif.

Comparer avec le ou les bilans précédents.

Les lignes à remplir sont dans une police de style manuscrit.

Les cases sont extensibles.

Titre ou quelques mots :

Apprentissages et accomplissements, faits saillants, 1^{ères} fois :

Spiritualité, progrès, expérimentations, nouveauté, compréhensions :

Relations, famille, amitiés, amours, rencontres :

Services, rendus ou reçus :

Physique, santé, hygiène de vie, alimentation, addictions, sommeil, sport... :

Travail, études :

Logement, aménagement, décoration, acquisition, rangements, finances :

Vacances, voyage, loisirs, créativité, art, culture (livres, films, spectacles, expo...) :

Objectifs, plus ou moins atteints. Comparer avec la feuille de l'année passée :

Les pépites, les sujets de **gratitude**, de **confiance** et de **joie** :

Année à venir : 20....

Quelques questions :

- Qu'est-ce que je souhaite améliorer ?
- De qui vais-je me rapprocher ? De qui vais-je prendre soin ?
- Qu'est-ce que je veux accomplir ?
- Comment je vais m'amuser ? Me cultiver ? M'entretenir ?
- Que vais-je mettre en place pour mon épanouissement, mon chemin spirituel ?
- Qu'est ce qui va contribuer à mon bonheur ?

Parcourir les différents items afin de **préciser** clairement les **projets, objectifs**... :



Bilan de vie

Regarder le chemin parcouru, cueillir les enseignements, apprécier les cadeaux !