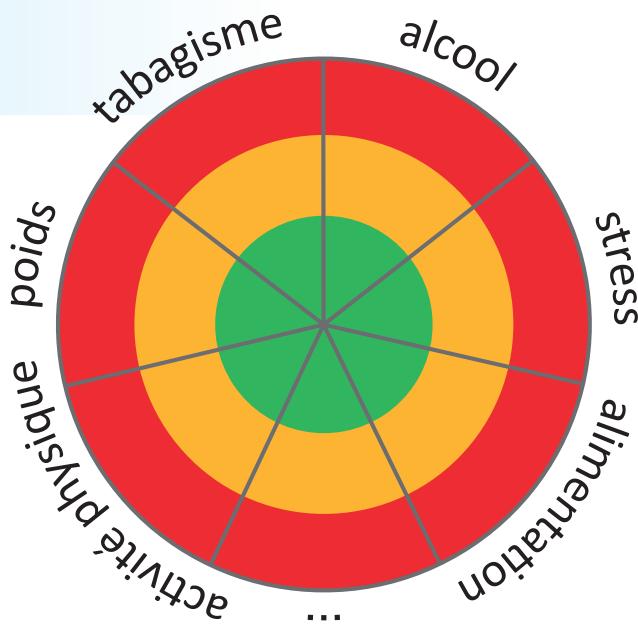




Ma santé

Où en suis-je?



Mon thème:

Mes expériences du passé?

Négative(s):

Obstacles (aujourd'hui):

Positive(s):

Mes points forts, soutien:

Echelle 0 - 10

A quel point suis-je confiant
d'y parvenir?

Echelle 0 - 10

A quel point suis-je prêt(e)?

Mon objectif concret:

Lequel?

Jusqu'au?

Mon plan:

Mes étapes concrètes:

Mon bilan:

Qu'est-ce que j'ai atteint / pas atteint?

Qu'est-ce que j'ai gagné en faisant cela?

Nous vous félicitons chaleureusement pour la réussite de
votre projet!

Plus d'informations: www.gesundheitscoaching-khm.ch