Audit express *de mes outils*



Un état des lieux rapide et bienveillant
pour faire le tri, ajuster et m'aligner
avec l'essentiel.

MON OUTIL (nom)	À QUOI IL ME SERT (sa fonction principale)	VALEUR & ALIGNEMENT (m'aligne-t-il avec mes valeurs ?) Oui	Un peu	Non	UTILISATION (fréquence)	À GARDER, AJUSTER OU LAISSER PARTIR ? (ma décision)
		○	○	○	○ Quotidienne ○ Hebdomadaire ○ Ponctuelle	.....
		○	○	○	○ Quotidienne ○ Hebdomadaire ○ Ponctuelle	.....
		○	○	○	○ Quotidienne ○ Hebdomadaire ○ Ponctuelle	.....
		○	○	○	○ Quotidienne ○ Hebdomadaire ○ Ponctuelle	.....
		○	○	○	○ Quotidienne ○ Hebdomadaire ○ Ponctuelle	.....

CE QUE JE GARDE PRÉCIEUSEMENT

Les outils indispensables
qui me font du bien.

- .....
- .....
- .....

CE QUE J'AJUSTE

Pour l'utiliser autrement,
de manière plus alignée.

- .....
- .....
- .....

CE QUE JE LAISSE PARTIR

Ce qui ne me sert plus
ou qui m'alourdit.

- .....
- .....
- .....



Ma réflexion

Qu'est-ce que je ressens après cet audit ? .....

.....

Qu'est-ce que je choisis d'installer pour avancer
avec plus d'harmonie ? .....

Ce que je retiens aujourd'hui :

.....

.....

.....

.....