

## 1. Réussir son équilibre et son rayonnement, dans les 5 secteurs de sa vie personnelle

	<b>Engagements professionnels et sociaux</b>	<b>Liens significatifs</b>	<b>Santés</b>	<b>Finances personnelles</b>	<b>Ressourcement et loisirs</b>
<b>Définition</b>	Jusqu'où j'arrive à vivre ma mission personnelle et mes talents dans mes engagements professionnels et sociaux?  Les activités et les lieux où je mets à l'œuvre mes expériences, mes expertises, mes talents et mes valeurs (travail, bénévolat, contacts, compétences).	Dans quel état sont mes liens significatifs?  Les personnes et les groupes qui ont un impact sur mon équilibre et mon épanouissement.	Dans quel état sont mes santés physique, psychologique et spirituelle?  Les moyens que je prends pour être en santé, être dans un état psychologique sain et vivre selon mes croyances spirituelles.	Dans quel état sont mon bien-être matériel et ma sécurité financière personnelle?  Mes ressources financières personnelles qui contribuent à créer mon bien-être matériel et ma sécurité.	Qu'est-ce que j'ai hâte de faire et qui me permet de me ressourcer ou de me détendre?  Les activités, moments, lieux où je peux prendre soin de moi.
<b>Objectif</b>	Me réaliser dans ma vie professionnelle en conformité avec mes talents et ma mission personnelle dans quelque chose d'utile à la société.	M'entourer et m'occuper des personnes et des groupes qui répondent à mes différents besoins dans les cinq secteurs de ma vie.	Avoir un esprit sain dans un corps sain.	Cumuler des avoirs personnels suffisants <u>en dehors de l'entreprise</u> , permettant une qualité de vie et une sécurité pour me réaliser pleinement dans les autres secteurs de ma vie.	Faire des activités qui me ressourcent, qui me font grandir et qui m'apportent détente, plaisir et qualité de vie dans les autres secteurs de ma vie.
<b>Composantes et outils</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Une vision claire de ce que je veux réaliser sur le plan professionnel et social</li> <li><input type="checkbox"/> Une bonne connaissance de mes talents et de mes valeurs</li> <li><input type="checkbox"/> Une mission personnelle écrite</li> <li><input type="checkbox"/> Un plan de développement professionnel</li> <li><input type="checkbox"/> Un plan de réalisation de ma mission</li> <li><input type="checkbox"/> Des outils appropriés</li> <li><input type="checkbox"/> De la formation et un réseau</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Respect</li> <li><input type="checkbox"/> Ouverture</li> <li><input type="checkbox"/> Besoin de l'autre</li> <li><input type="checkbox"/> Goût de progresser</li> <li><input type="checkbox"/> Avoir les bonnes personnes pour répondre aux bons besoins</li> <li><input type="checkbox"/> Valeurs partagées</li> </ul>	<p><b>Santé physique</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Une bonne alimentation</li> <li><input type="checkbox"/> Des activités physiques</li> <li><input type="checkbox"/> Une bonne hygiène corporelle</li> <li><input type="checkbox"/> Un bilan de santé</li> </ul> <p><b>Santé psychologique</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Vivre en accord avec ma culture, mes valeurs, être au clair avec mon histoire et m'occuper de mes besoins</li> </ul> <p><b>Santé spirituelle</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Vivre en accord avec mes croyances profondes</li> <li><input type="checkbox"/> Me donner des temps de recul</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Planifier pour moi et non seulement pour l'entreprise</li> <li><input type="checkbox"/> Vision claire de mes besoins financiers personnels conforme à mes objectifs de vie</li> <li><input type="checkbox"/> Placements personnels contrôlés</li> <li><input type="checkbox"/> Assurances</li> <li><input type="checkbox"/> Rémunération suffisante</li> <li><input type="checkbox"/> Sortir 10 % à 15 % des bénéfices chaque année de l'entreprise pour sécuriser mes avoirs personnels</li> <li><input type="checkbox"/> Un plan successoral évolutif</li> <li><input type="checkbox"/> Évaluer le risque de mes placements selon l'étape de ma vie</li> <li><input type="checkbox"/> Création d'un <i>holding</i> ou d'une fiducie protégeant mes actifs</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Me donner du temps</li> <li><input type="checkbox"/> Me donner le droit</li> <li><input type="checkbox"/> Avoir les moyens</li> <li><input type="checkbox"/> Me planifier des rendez-vous pour moi à l'agenda</li> <li><input type="checkbox"/> <u>Être conscient que c'est nécessaire</u></li> <li><input type="checkbox"/> Avoir hâte de faire l'activité</li> <li><input type="checkbox"/> Avoir des passions autres que le travail</li> </ul>
<b>Indices de réussite</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Fierté de ce que je suis et de mes accomplissements</li> <li><input type="checkbox"/> Dynamisme</li> <li><input type="checkbox"/> Confiance en moi</li> <li><input type="checkbox"/> Sentiment d'utilité</li> <li><input type="checkbox"/> Sensation de partage</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Harmonie et respect</li> <li><input type="checkbox"/> Être heureux et rendre les autres heureux</li> <li><input type="checkbox"/> Confiance</li> <li><input type="checkbox"/> Me sentir appuyé, accepté, aimé, entouré</li> <li><input type="checkbox"/> Sécurisant et nourrissant</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Énergie</li> <li><input type="checkbox"/> Positivité</li> <li><input type="checkbox"/> Plaisirs à tous les niveaux</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Sécurité acquise hors de l'entreprise</li> <li><input type="checkbox"/> Indépendance financière accrue en période difficile pour l'entreprise et face à la continuité</li> <li><input type="checkbox"/> Liberté de faire les bons choix</li> <li><input type="checkbox"/> Confort</li> <li><input type="checkbox"/> Partager dans la prospérité</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Décrocher, m'évader, me détendre</li> <li><input type="checkbox"/> Prendre du recul</li> <li><input type="checkbox"/> M'amuser, avoir du plaisir</li> <li><input type="checkbox"/> Évolution personnelle</li> <li><input type="checkbox"/> Qualité de vie</li> <li><input type="checkbox"/> Défi</li> <li><input type="checkbox"/> Estime personnelle</li> <li><input type="checkbox"/> Enthousiasme (pas contraignant de faire l'activité)</li> </ul>