

PrisCanada
LIFE
& FINANCES

PLANNER



2025



IL N'EST JAMAIS TROP TARD POUR RÉALISER TES RÊVES

* 10 VICTOIRES DE 2024 *

Utilise cet espace pour CÉLÉBRER tes grandes réalisations de l'année : Bonnes habitudes construites • Lieux visités • Mauvaises habitudes abandonnées • Compétences développées • Passe-temps explorés • Emplois quittés ou commencés • Objectifs atteints • Relations formées • Jalons financiers atteints. La fin de l'année est un moment propice pour dire merci et en plus, ça fait du bien !

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

OÙ EN SUIS-JE DANS MA VIE AUJOURD'HUI ?

Où en es-tu avec ta vie aujourd'hui ? Évalue ton niveau de satisfaction dans chaque domaine de vie en indiquant un chiffre allant de 1 à 10 de ton point de vue. Plus ton score est proche de 10, plus ce domaine de vie te satisfait.



SANTÉ & BIEN-ÊTRE

Alimentation saine	Sport régulier	Paix intérieure
Boit beaucoup d'eau	Bonne santé générale	Respect de son corps
Sommeil de qualité	Bonne estime de soi	Bon niveau d'énergie
Bonne qualité de vie	1 2 3 4 5	6 7 8 9 10

Ce que je pense de ce domaine de ma vie

VISION DE VIE

Ma vision dans 3/5 ans pour ce domaine est :

OBJECTIF

L'objectif concret et mesurable que je dois atteindre en 2025 pour me rapprocher de cette vision est :



SPIRITUALITÉ & DÉVELOPPEMENT PERSO

Pratique spirituelle quotidienne	Vision et objectifs de vie clairs	Gratitude pour tout ce que j'ai
Aime passer du temps avec Dieu	état d'esprit positif	Vis en accord avec mes valeurs
Aime passer du temps seul(e)	Pratique régulière de la lecture	Aime apprendre de nouvelles choses
A confiance en soi	1 2 3 4 5	6 7 8 9 10

Ce que je pense de ce domaine de ma vie

VISION DE VIE

Ma vision dans 3/5 ans pour ce domaine est :

OBJECTIF

L'objectif concret et mesurable que je dois atteindre en 2025 pour me rapprocher de cette vision est :



CARRIÈRE & BUSINESS

Travail/business épanouissant	Sentiment d'être à la bonne place	Bonnes relations avec les collègues/clients
Amour profond pour le travail/business	Vision claire de l'avenir professionnel	Leader dans l'équipe de travail
Talents/compétences mis en valeur	Enthousiasme à l'idée d'aller travailler	Bonne maîtrise du domaine d'activité
Formations régulières	1 2 3 4 5	6 7 8 9 10

Ce que je pense de ce domaine de ma vie

VISION DE VIE

Ma vision dans 3/5 ans pour ce domaine est :

OBJECTIF

L'objectif concret et mesurable que je dois atteindre en 2025 pour me rapprocher de cette vision est :

 COUPLE & VIE AMOUREUSE

Mérite d'être aimé(e)	Accepte pleinement sa situation Matrimoniale	Sentiment d'être avec la bonne personne
Couple fort face aux défis de la vie	Conjoint(e) de qualité à mes côtés	Sexe régulier, intense et passionné
Connexion spirituelle et émotionnelle réelle	Connait le langage amoureux de l'autre	Accepte les critiques et s'améliore
Complicité réelle	1 2 3 4 5	6 7 8 9 10

Ce que je pense de ce domaine de ma vie

VISION DE VIE

Ma vision dans 3/5 ans pour ce domaine est :

OBJECTIF

L'objectif concret et mesurable que je dois atteindre en 2025 pour me rapprocher de cette vision est :

 FAMILLE

Amour mutuel et respect	Temps de qualité avec les proches	Sait donner et sait recevoir des autres
Disponible pour les proches	Demande de l'aide si nécessaire	Accepte les critiques et améliore ce qu'il faut
Est vrai dans les relations	Connaissance de mes limites	Proche des enfants et de la famille
Visites régulières	1 2 3 4 5	6 7 8 9 10

Ce que je pense de ce domaine de ma vie

VISION DE VIE

Ma vision dans 3/5 ans pour ce domaine est :

OBJECTIF

L'objectif concret et mesurable que je dois atteindre en 2025 pour me rapprocher de cette vision est :

 LOISIRS & AMIS

Vacances régulières et de qualité	Sait arrêter de travailler quand il le faut	Amitiés valorisantes et épanouissantes
Aime et sait se faire plaisir	Trouve du temps pour le jeu et la détente	Consacre du temps aux amitiés
Budget loisirs défini	S'amuse sainement	Aime découvrir de nouvelles choses
Pauses régulières	1 2 3 4 5	6 7 8 9 10

Ce que je pense de ce domaine de ma vie

VISION DE VIE

Ma vision dans 3/5 ans pour ce domaine est :

OBJECTIF

L'objectif concret et mesurable que je dois atteindre en 2025 pour me rapprocher de cette vision est :



CADRE DE VIE

Perçoit la maison comme un sanctuaire	Équipements fonctionnels	Cadre de vie propre, sain et paisible								
Pas d'encombrements et d'excès	Domicile bien rangé, décoré et inspirant	Bureau bien rangé, décoré et inspirant								
Lit fait chaque jour pour un bon sommeil	Animaux et plantes en bonne santé	Vêtements nettoyés, repassés et à ma taille								
Aime son espace de vie	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Ce que je pense de ce domaine de ma vie

VISION DE VIE

Ma vision dans 3/5 ans pour ce domaine est :

OBJECTIF

L'objectif concret et mesurable que je dois atteindre en 2025 pour me rapprocher de cette vision est :



FINANCES

Salaire satisfaisant	Plusieurs sources de revenus disponibles	Épargnes suffisantes								
Fais des investissements rentables	Respect du budget mensuel	Souscriptions à des assurances								
Vis selon les moyens disponibles	Mentalité d'abondance	Bonne relation avec les dettes/prêts								
Aide les démunis/nécessiteux	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Ce que je pense de ce domaine de ma vie

VISION DE VIE

Ma vision dans 3/5 ans pour ce domaine est :

OBJECTIF

L'objectif concret et mesurable que je dois atteindre en 2025 pour me rapprocher de cette vision est :



GESTION DU TEMPS & DES PRIORITÉS

Conçoit la vie sur terre comme une grâce	Planifie tout ce qui devrait être planifié	Planifie les journées la veille								
Routine du matin et du soir existante	à l'heure aux rendez-vous	Ne se sent pas débordé(e)								
Bon équilibre travail et vie perso	Passe peu de temps sur les réseaux	Sait se passer de son téléphone portable								
Priorités définies	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Ce que je pense de ce domaine de ma vie

VISION DE VIE

Ma vision dans 3/5 ans pour ce domaine est :

OBJECTIF

L'objectif concret et mesurable que je dois atteindre en 2025 pour me rapprocher de cette vision est :

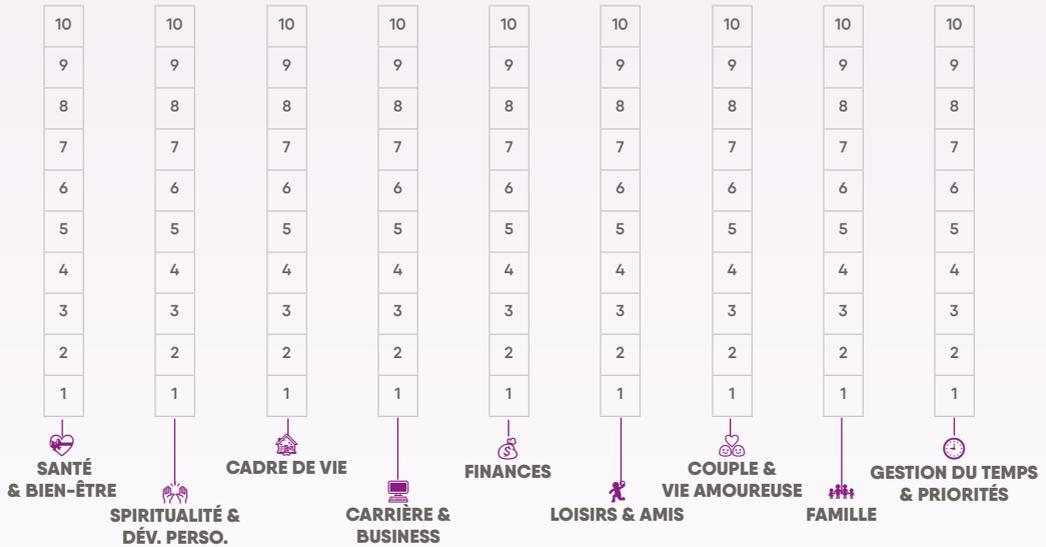
◆ **CHALLENGES** ◆ Qu'est-ce qui a été difficile en 2024 et comment tu comptes surmonter ces challenges en 2025 ?

◆ **LEÇONS APPRISES** ◆ Quelles sont les 3 grandes leçons que tu retiens de 2024 ?

◆ **PROCHAINES ETAPES** ◆ Projets inachevés, situations non réglées, objectifs non-atteints, quelle suite à donner ?

OÙ EN SUIS-JE DANS MA VIE AUJOURD'HUI ?

Pour avoir un aperçu instantané de ta situation de vie actuelle, transfère tes notes des pages 11 à 13 et colorie le diagramme ci-dessous. Fais ensuite le bilan de ton année 2024.



Quelle est ton appréciation globale de l'équilibre des différents domaines de ta vie ?

Ton dernier mot alors que tu finalises ton bilan 2024...

LES OBJECTIFS S.M.A.R.T SONT :



**AS-TU AIMÉ LE CONTENU ?
COMMANDE TON PLANNER
EN CLIQUANT ICI !**



NOS RÉSEAUX SOCIAUX



/coachpriscanadine



/priscakouacou



/priscanad



/coachpriscanadine



/priscanad



/priscanad

**Plus d'inspirations, de motivations
et d'ondes positives sur
www.priscanad.com**

**CONTACTEZ NOUS
priscanad@gmail.com
+00225 07 07 32 67 77**

Priscanad **LIFE** & FINANCES PLANNER

A PROPOS DE L'AUTEURE



Prisca Nadine KOUACOU, une ingénieure en communication marketing et Coach de Vie Certifiée de l'Institut International de Coaching de Genève, rêve de contribuer à la réussite de la vie des autres.

Avec plus de dix-huit années d'expérience professionnelle, elle se spécialise dans la communication, la gestion de projet et la planification de vie.

Membre d'honneur du TEDx Abidjan, elle a écrit 5 livres de développement personnel et est la conceptrice des planificateurs à succès, les Priscanad Life & Finances Planner.

À travers le Priscanad Life & Finances Planner, Prisca Nadine KOUACOU souhaite aider les utilisateurs à mieux définir et atteindre leurs objectifs annuels.

Elle est mariée et mère de quatre enfants.

7^{ème} édition
6.500 ex vendus

