**Bilan de fin d'année 2022**

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.

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

|  |
| --- |
| **Titre** ou quelques mots : |
| **Apprentissages et accomplissements**, faits saillants, 1ères fois : |
| **Spiritualité**, progrès, expérimentations, nouveauté, compréhensions : |
| **Relations**, famille, amitiés, amours, rencontres : |
| **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 : **2023**

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**… :