Je m'organise au quotidien

1. Je mets en place des routines

La toute première chose à mettre en place quand je souhaite m'organiser, c'est de mettre en place des habitudes, le matin et le soir.

Ces routines vont ensuite se faire automatiquement, et naturellement.

Ainsi, je vais commencer par noter ici mes routines du matin et mes routines du soir. Je vais commencer par en noter 2 ou 3, puis au fur et à mesure, je compléterai ce tableau.

Exemple de routine du matin :

faire le lit, ouvrir la fenêtre

Exemple de routine du soir :

laver mon évier, appliquer une crème hydratante

Mes routines du matin	Mes routines du soir

Une fiche fournie par www.petites-folies-de-kewee.com – tous droits réservés