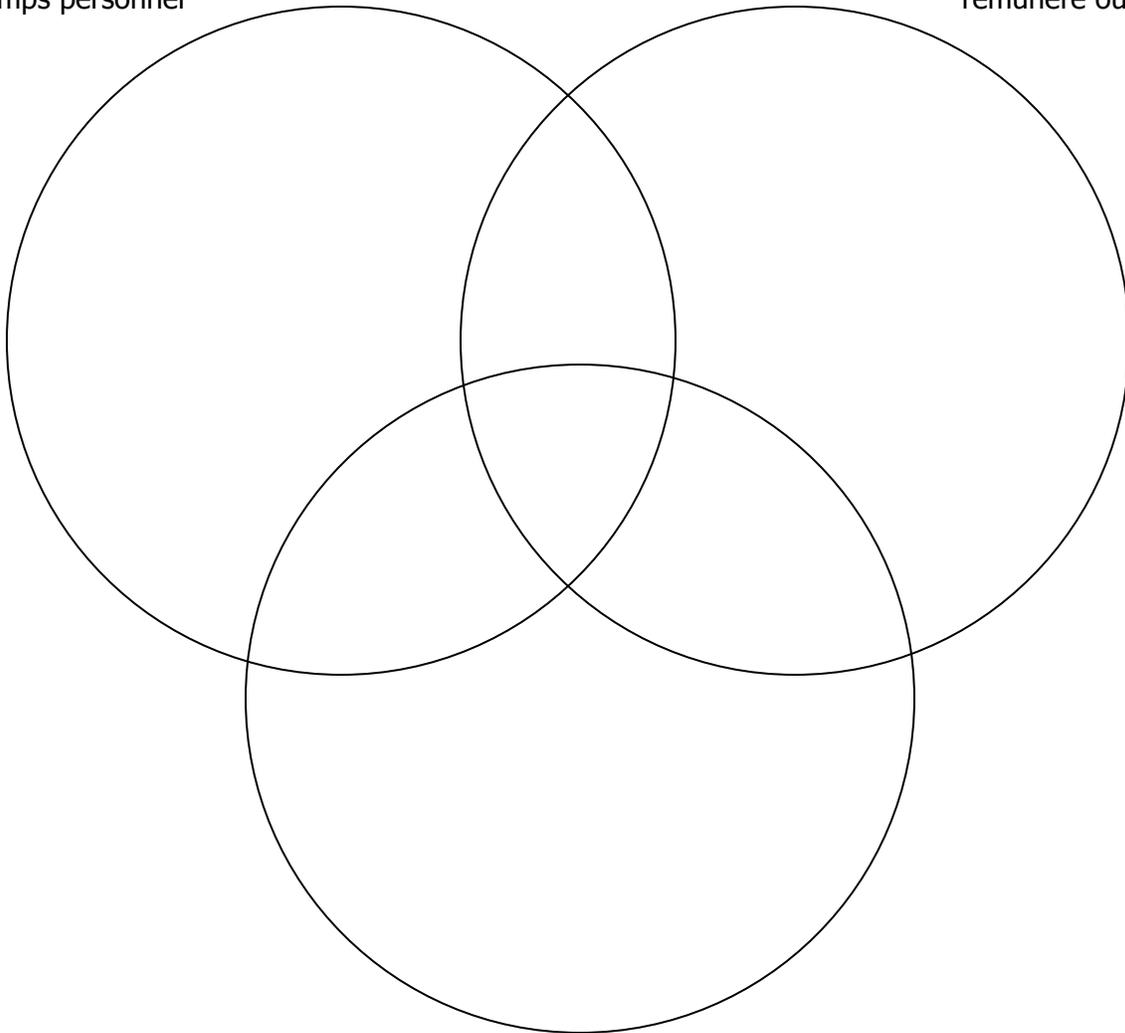

Les trois sphères de la vie - bis
L'équilibre idéal

Directives : écrivez dans les sphères appropriées les activités figurant dans votre journal de la semaine (journées de 24 heures), puis réorganisez-les, ôtez-en et rajoutez-en pour créer ce que vous considérez être un équilibre idéal entre les trois sphères de la vie.

Loisirs
temps personnel

Travail
rémunéré ou non



Apprentissage
structuré ou non