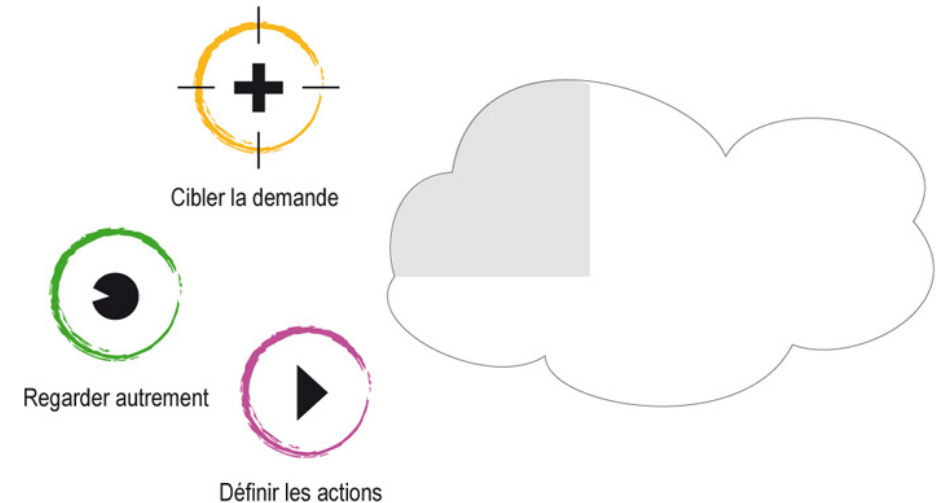


Peggy ROPARS

Coach professionnelle & animatrice de  
codéveloppement

« *Chasseuse de nuages* »

- **Coach professionnelle**  
Certifiée RNCP et ACC par l'ICF
- **Animatrice** de Groupe de  
Codéveloppement Professionnel (GCP)  
Formée par Claude Champagne.
- Coach de l'association  
**Second Souffle.**



# SONDAGE

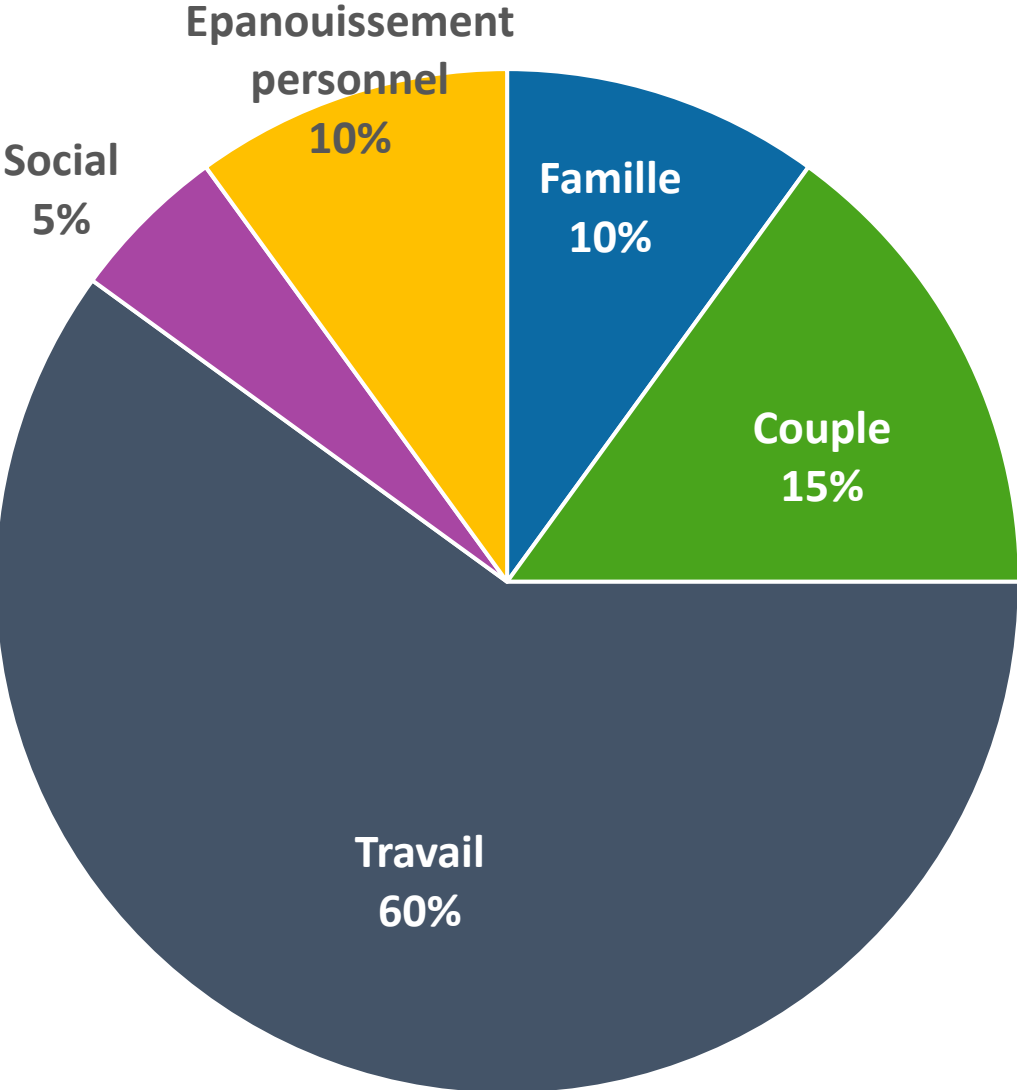
3

Comment vous sentez-vous par rapport à votre équilibre, vie pro / vie privée, aujourd'hui, sur une échelle de 0 à 10 ?

- 0 à 3
- 4 à 6
- 7 à 10



# LA ROUE DE LA VIE



# 4 QUESTIONS A SE POSER

01

Quel est le  
risque à  
continuer  
comme ça ?

02

Quel est  
l'avantage à  
rester comme  
ça ?

03

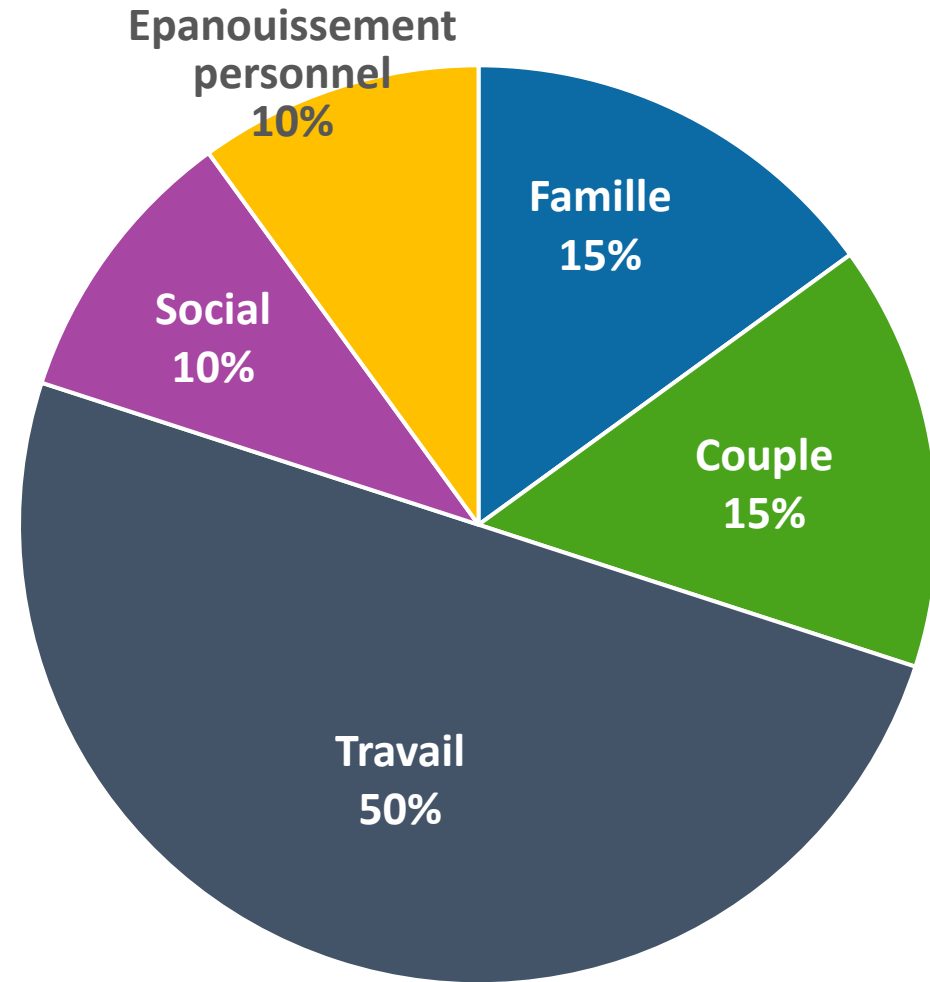
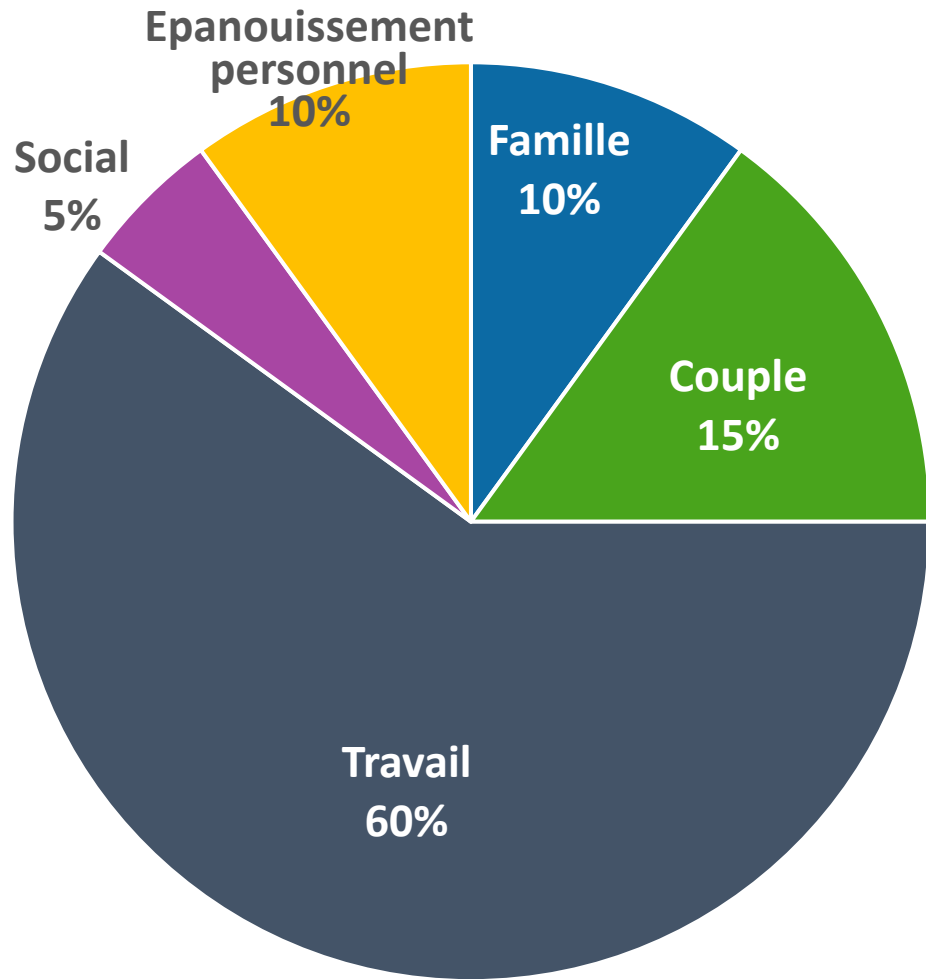
Quel serait le  
risque à  
changer ?

04

Quel serait  
l'avantage de  
changer ?



# LA ROUE DE LA VIE REELLE / IDEALE





# KISS



**K**EEP  
GARDER



**I**MPROVE  
AMELIORER



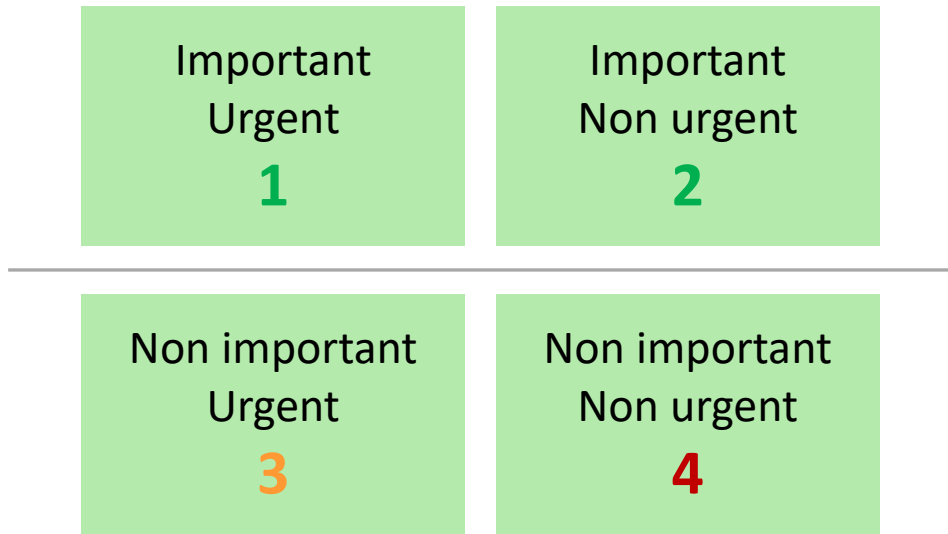
**S**TOP  
ARRETER



**S**TART  
COMMENCER



## Matrice d'Eisenhower



**L'importance est un choix, l'urgence est un fait.**



# ANNEXE





## Posez-vous ces questions :

Qu'ai-je appris ?



Qu'est-ce que je vais faire suite à ce webinaire ?



Qu'est-ce que j'ai apprécié pendant ce webinaire ?

