

Planificateur d'Objectifs SMART

Transformez une intention vague en une action concrète

 **MON OBJECTIF :**

S

Spécifique

Que vais-je faire exactement ?

M

Mesurable

Comment saurai-je que j'ai réussi ?

A

Atteignable

Qu'est-ce qui rend cela réaliste maintenant ?

R

Pertinent

Pourquoi est-ce important pour moi ?

T

Temporel

Quand commence ou finit cela ?

 **PLAN DE PREMIÈRE ÉTAPE**

Plus petite prochaine étape :

Soutien ou rappel que j'utiliserai :
