

Feuille à bulles



cartographie de l'agenda

De quoi aimeriez-vous parler aujourd'hui ?

Qu'est-ce qui vous préoccupe/inquiète ?

Encerclez selon ces couleurs votre niveau de préoccupation/inquiétude :

-  Sujet important mais pas inquiétant
-  Sujet modérément préoccupant
-  Sujet très inquiétant ou urgent

Relations
familiales

Consommation
de substances

Santé
mentale

Changements
de style de vie

Sommeil

Parentalité

Projets d'avenir

Santé
physique

Stress
au travail

Loisirs

Finances

Éducation

Alimentation

Relations
sociales

Gestion
du temps

Développement
personnel

Activité
physique

Carrière

Anxiété

Déprime

