




Le fabuleux été des Aidantes

SEMAINE 4

15 AOÛT

The bottom half of the page features a background of abstract, wavy, organic shapes in various shades of orange and pink, creating a textured, layered effect.

**VOYAGE DANS
LE FUTUR**

Pour pimenter un peu notre voyage au pays de tes mots (maux ?) intérieurs, nous allons aujourd'hui donner la parole à une future version de toi-même – ou plus exactement à ce que ta meilleure amie pourra dire de cette future toi. Pas de panique, nous allons procéder par étapes !

Voici tes missions pour la séance d'aujourd'hui :

1. Tout d'abord, il va te falloir affiner ta connaissance de toi-même. As-tu conscience de tes valeurs ? Je t'invite à identifier au moins 5 valeurs qui te correspondent parmi la liste en page suivante, et à les reporter ci-dessous :

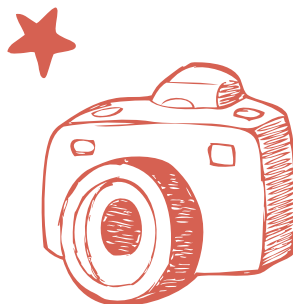
Valeur #1

Valeur #2

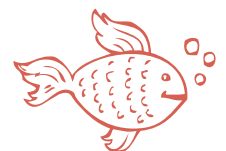
Valeur #3

Valeur #4

Valeur #5



Abondance	Conscience	Épargne	Impartialité	Nature	Sécurité
Acceptation	Continuité	Équilibre	Importance	Nerf	Sens
Accessibilité	Contribution	Espoir	Indépendance	Obéissance	Sensibilité
Accomplissement	Contrôle	Éthique	Individualité	Opportunité	Sensualité
Adaptabilité	Conviction	Être le meilleur	Infiltration	Optimisme	Sérénité
Affection	Convivialité	Euphorie	Ingéniosité	Ordre	Service
Agilité	Coopération	Exactitude	Inspiration	Organisation	Sexualité
Aïssance	Cordialité	Excellence	Intégrité	Persévérance	Sexy
Altruisme	Courage	Excitation	Intellect	Persistance	Silence
Ambition	Courtoisie	Expérience	Orientation	Perspicacité	Simplicité
Amitié	Créativité	Exploration	Originalité	Philanthropie	Sincérité
Amour	Crédibilité	Expressivité	Ouverture d'esprit	Piété	Soin
Amusement	Croissance	Extase	Paix	Plaisir	Soin méticuleux
Appartenance	Curiosité	Extravagance	Parlage	Ponctualité	Solidarité
Appréciation	Découverte	Extraversion	Partenariat	Popularité	Solidité
Apprentissage	Déméure	Exubérance	Participation	Pragmatisme	Solitude
Ardeur	Dépassement de soi	Facilité	Passion	Pratique	Sophistication
Assurance	Désir	Faire une différence	Patience	Précision	Soulagement
Astuce	Détente	Famille	Perfection	Présence	Soutien
Attraction	Détermination	Fascination	Intelligence	Préservation	Spiritualité
Audace	Devoir	Férocité	Intensité	Prévenance	Spontanéité
Avancement	Dévotion	Fiabilité	Intimité	Pro activité	Stabilité
Aventure	Dextérité	Fidélité	Intrépidité	Professionnalisme	Statut
Béatitude	Dignité	Fierté	Introspection	Profondeur	Structure
Beauté	Direction	Finesse	Introversion	Propreté	Succès
Bénévolat	Discipline	Flexibilité	Intuition	Prospérité	Suprématie
Bienveillance	Discrétion	Focus	Intuitivité	Proximité	Surprise
Bonheur	Disponibilité	Foi	Investisseur	Prudence	Sympathie
Bravoure	Diversité	Foi	Inviolabilité	Puissance	Synergie
Calme	Divertissement	Force	Joie	Pureté	Traditionnalisme
Capacité	Dominance	Force de persuasion	Jouissance	Raison	Tranquillité
Certitude	Donner	Fraîcheur	Justice	Rationalité	Travail d'équipe
Chaleur	Douceur	Franchise	L'autonomie	Rayonnement	Unicité
Changement	Dynamisme	Frugalité	L'indépendance financière	Réalisme	Unité
Charité	Éclat	Gaieté	Leadership	Reconnaissance	Utilité
Charme	Économie	Galanterie	Légèreté	Réflexion	Valeur
Chasteté	Éducation	Générosité	Liberté	Réputation	Vitalité
Clarté	Efficacité	Gentillesse	Lien	Résistance	Vérité
Coeur	Élégance	Gloire	Logique	Résolution	Vertu
Cohérence	Empathie	Gratitude	Longévité	Respect	Victoire
Communauté	Encouragement	Habileté	Lucidité	Respect de soi	Vigilance
Compassion	Endurance	Harmonie	Maîtrise	Responsabilité	Vigueur
Compétence	Énergie	Honnêteté	Maîtrise de soi	Rêver	Vision
Compréhension	Engagement	Honneur	Majesté	Richesse	Vitesse
Concentration	Enjouement	Hospitalité	Mariage	Rigueur	
Confiance	Enseignement	Humilité	Maturité	Ruse	
Conformité	Enthousiasme	Humour	Minute	Sacrifice	
Confort	Entraînement	Hygiène	Modestie	Sagesse	
Congruence	Environnementalisme	Imagination	Motivation	Santé	
Connaissance		Impact	Mystère	Satisfaction	
				Science	



2. Maintenant que tu as identifié ces qualités, quels sont les projets qui te tiennent à cœur et que tu aimerais réaliser dans les prochaines années ? Listes-en au moins 3.

- ---

- ---

- ---

- ---

- ---

- ---

- ---

