

# NOUVELLE ANNÉE NOUVEAUX DÉFIS !

*C'est avec joie que je vous retrouve. Je vous souhaite une bonne et heureuse année 2011. Qu'elle soit remplie de succès, de bonheur, de santé et de prospérité.*

J'espère que vous en avez profité pleinement ces deux ou trois dernières semaines. Avez-vous pris le temps de réfléchir à vos résolutions professionnelles, personnelles et familiales ? Peut-être êtes-vous encore en mode vacances et trouvez-vous difficile de vous remettre au travail ! Commencez tout doucement en présentant vos vœux à tous vos collègues et subordonnés.

## **Objectifs professionnels**

En principe vous avez fait le bilan de 2010, il est donc temps de passer à vos objectifs pour 2011. Que vous proposez-vous d'accomplir professionnellement cette année ? Votre plan stratégique est-il à jour ? Si oui, quels défis vous êtes-vous fixés ? Avez-vous fait part à votre équipe de vos intentions pour l'année à venir ? N'hésitez pas à le faire, ainsi, vous vous assurerez de la collaboration de tous et la réussite n'en sera que plus retentissante puisque cela deviendra un succès d'équipe.

## **Objectifs personnels**

Avez-vous prévu de vous remettre en forme après les fêtes ? Quels types de sports ou d'exercices avez-vous l'intention de pratiquer ? Êtes-vous retourné à une alimentation plus saine ?

Y a-t-il un comportement ou une attitude que vous désirez changer ou améliorer cette année ? Comment comptez-vous vous y prendre ? Qui vous aidera à réaliser le changement si vous éprouvez des difficultés à le faire seul ?

Qu'en est-il de vos finances personnelles ? Où en sont vos cartes de crédit ? Comptez-vous effacer vos dettes en partie ou totalement ? Avez-vous préparé un plan à ce sujet ?

## **Objectifs familiaux**

Quelles sont vos intentions concernant vos activités sociales avec votre conjoint(e) ? Et les enfants, avez-vous prévu du temps avec eux chaque jour, chaque fin de semaine ?

La semaine de relâche des enfants a lieu fin février ou début mars, selon la commission scolaire à laquelle vous appartenez. Que comptez-vous faire ? En profiterez-vous pour partir, jouer dehors ou faire des activités avec eux ?

Avez-vous commencé à penser aux grandes vacances ? Vous trouvez peut-être que c'est trop tôt, mais détrompez-vous, c'est maintenant que les billets d'avion et le prix des hôtels sont les moins chers. De plus, lorsque les réservations sont faites vous êtes assuré d'une période de repos essentiel et vous pouvez passer à autre chose.

## **Exercices pratiques**

Inscrivez vos objectifs à un endroit où vous serez seul à les voir ou bien affichez-les là où tout le monde les verra, c'est à vous de décider avec quoi vous êtes le plus à l'aise. Assurez-vous de les mettre à un endroit que vous verrez tous les jours, de façon à ne pas les oublier. Faites-en un fond d'écran pour votre ordinateur ou votre téléphone cellulaire.

Si vous avez fait les exercices cités plus haut, vous êtes prêt à vous mettre au boulot et à vous amuser.

**Danielle Coulombe, PCC**

Coach professionnelle et d'affaires

**514.770.3818**

danielle@coulombecoach.com

www.coulombecoach.com