



Journal de soirée

- ★ Un moment que j'ai vraiment apprécié aujourd'hui :

- ★ Une tâche dont je suis fière/heureuse d'avoir réalisée aujourd'hui :

- ★ J'ai pris conscience ou appris ceci aujourd'hui...

- ★ J'aurais pu avoir une "encore meilleure journée" aujourd'hui si...

- ★ J'aurais envie de m'encourager en me disant ceci :

Bonne nuit et à demain :)