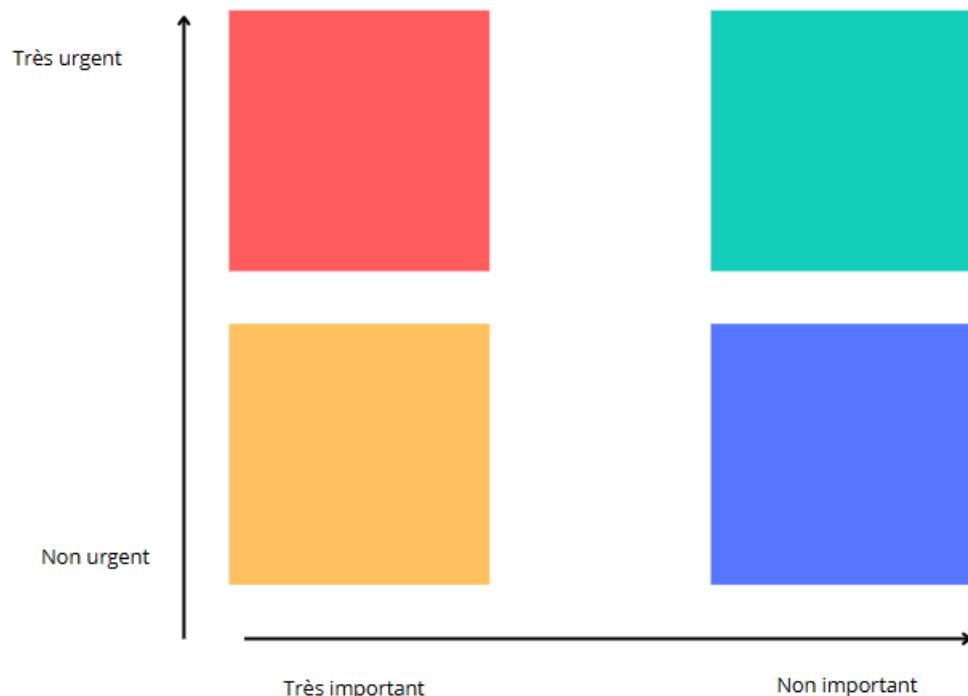




LA MATRICE D'EISENHOWER

Matrice vierge à adapter à vos besoins :

Matrice des besoins



Pour l'utiliser je vous propose de :

1. Vous mettre en phase avec votre âme et votre corps pour **identifier ce que vous avez besoin d'augmenter, réduire, éliminer ou planifier.**
2. De **lister vos besoins.** N'occultez pas les besoins qui pourraient **vous ressourcer même si vous ne les mettez pas encore en place.**
3. Puis de **classer chaque besoin dans la matrice en fonction de son degré d'importance et de son degré d'urgence.**