



# 10 questions à se poser

pour faire votre bilan perso après  
1 mois de confinement



- Qu'est ce que vous avez arrêté de faire et que vous ne voulez pas reprendre ?
- Qu'est ce que vous avez commencé et pour lequel vous voulez garder du temps désormais ?
- Qu'est ce qui vous manque le plus ? Faites votre top 3
- Que n'avez vous pas fait alors que vous vouliez absolument vous y mettre ?  
(C'est trop tard ? C'est vraiment important ?)
- Qu'avez vous découvert sur vous ? Vous êtes vous surpris ?
- Votre expérience personnelle du confinement est-elle globalement positive ou négative ?  
Pourquoi ?

