



La Foconde

Votre bulletin bien-être

" Ce Bulletin est là pour vous apporter des idées autour du bien-être, mais vous êtes libre de le lire ou non, selon votre envie du moment "



OSEZ L'AUDACE !

Il est tout à fait possible de ...

... transformer tes rêves en réalité avec un ingrédient clé : l'audace !
L'audace, c'est cette petite étincelle qui te pousse à aller de l'avant et à tenter tous les possibles. Elle est cette capacité à t'affirmer. L'audace se cultive chaque jour. C'est elle qui fait la différence entre un "Bof" et un "Wow", car le monde appartient à ceux qui osent !



*” Soyons audacieux, c’est la première étape vers le génie ! ”
Guillaume Prevel*

LES 12 REGLES DE L'AUDACE

- 1/ Ose sortir de ta zone de confort
Oser l'inconnu, c'est se donner une chance d'évoluer
- 2/ Crois en tes capacités et en toi
Tu es une personne formidable et unique
- 3/ Passe à l'action
Après la réflexion...action !
- 4/ Elargis tes horizons
Sois curieux, ouvre ton esprit pour oser innover.

5/ Prends des initiatives

Fais le premier pas, même si tu n'as pas encore toutes les cartes en main.

6/ Affirme-toi face aux autres dans le respect de chacun.e (ni hérisson, ni paillason)

Exprime-toi et défends tes idées, même si tout le monde n'est pas d'accord. Accepte que tout le monde ne soit pas d'accord avec tes idées. Respecte les idées différentes des tiennes.

7/ Incarne le changement

L'audace est un moteur d'avancement, elle pousse à proposer de nouvelles solutions pour avancer.

8/ Sois une source d'inspiration

En ayant de l'audace, tu insuffles un vent d'inspiration pour tous ceux qui te connaissent. L'audace est contagieuse !

9/ Se tromper, c'est humain, réessayer, c'est courageux!

L'échec n'existe pas, il n'y a que des expériences. Il faut savoir prendre des risques, sans se mettre en danger.

10/ Sache dire non

Avoir de l'audace, c'est savoir refuser ce qui ne correspond pas à tes valeurs et à tes souhaits

11/ N'aies pas peur !

Vas au-delà de tes limites ! Tente et le succès arrivera !

12/ Affirme ta volonté de choisir le meilleur pour toi

Ne le mets pas dans la poche de quelqu'un d'autre !