

HOME

Élodie Wéry

MANAGEMENT

MA MÉTHODE EN 10 ÉTAPES

Racine



SOMMAIRE

| | |
|---|-----------|
| INTRODUCTION ET AVERTISSEMENTS - BIENVENUE DANS MON MONDE... | 6 |
| Mais au fond, pourquoi s'organiser ? | 9 |
| Gérer sa maison comme une petite entreprise ? | 11 |
| PRÉALABLES - PRISES DE CONSCIENCE NÉCESSAIRES | 12 |
| À quelles pressions devons-nous faire face à l'heure actuelle ? | 12 |
| Quelles sont les conséquences de ces grands changements sociétaux ? | 24 |
| Mais alors, pourquoi on n'en parle pas plus ? | 27 |
| MA MÉTHODE EN 10 ÉTAPES | 28 |
| La zone de turbulences est une expérience ! | 30 |
| Alors, concrètement, qu'est-ce que tout cela signifie ? | 32 |
| ÉTAPE 1 : PRENDRE CONSCIENCE DE LA SITUATION | 42 |
| Combien de casquettes sur votre tête ? | 43 |
| Déléguer | 48 |
| ÉTAPE 2 : IDENTIFIER MES HABITUDES | 54 |
| Trois grandes familles de mauvaises habitudes... | 55 |
| Une mauvaise habitude est toujours inconsciente et ancrée ! | 59 |
| Mais ces mauvaises habitudes ont un énorme avantage ! | 61 |
| ÉTAPE 3 : APPRENDRE À GÉRER MON TEMPS | 64 |
| L'hyperconscience de la mort... | 65 |
| Plutôt en mode zombie ou éveillé ? | 65 |
| Le mégaphone et son raccourci... | 66 |
| Votre temps a une valeur ! | 66 |
| Gaspiller sa vie à perdre sa liberté... | 67 |
| Mais ce n'est pas tout... | 68 |

| | |
|--|------------|
| ÉTAPE 4 : MAÎTRISER MON ENVIRONNEMENT | 70 |
| Ma première bouée de sauvetage : me respecter ! | 71 |
| Ma deuxième bouée de sauvetage ! | 76 |
| ÉTAPE 5 : RÉFLÉCHIR À MES MOTIVATIONS | 78 |
| Les grandes « familles » de motivations | 81 |
| ÉTAPE 6 : METTRE TOUTES LES CHANCES DE MON CÔTÉ | 86 |
| ÉTAPE 7 : S'ORGANISER GRÂCE AUX TROIS OUTILS DE BASE | 94 |
| 3 en 1 ! | 95 |
| La to-do list | 96 |
| Les rituels quotidiens | 100 |
| Le planning hebdomadaire | 110 |
| ÉTAPE 8 : ALLER JUSQU' AU BOUT DE MA DÉMARCHE | 120 |
| En théorie, tout se passe bien. Mais le monde théorique n'existe pas ! | 123 |
| C'est parti ! | 124 |
| ÉTAPE 9 : SIMPLIFIER LA GESTION DU LINGE | 130 |
| Les 8 étapes du cycle du linge | 134 |
| En résumé... | 150 |
| Trucs et astuces difficiles à avouer... | 150 |
| Mon cycle du linge ultra-simplifié | 151 |
| Derniers conseils | 152 |
| ÉTAPE 10 : SE SOUVENIR DES CLÉS DE LA RÉUSSITE | 154 |
| CONCLUSION - CE N'EST QU'UN AU REVOIR ! | 158 |

BIENVENUE DANS MON MONDE...

Lundi.

Tout est calme.

La maison est rangée.

Le séchoir tourne.

Les trois grands suivent un cours, à la maison.

La mini est à la crèche.

Thibaut est sur son chantier du moment.

Et moi derrière mon clavier.

Je me suis levée à 8 h 20.

Les enfants étaient debout en train de s'habiller et de déjeuner.

Salomé buvait son biberon dans le fauteuil au coin du feu.

Le chien était sorti prendre l'air.

Le chat miaulait pour avoir son bol de lait.

Les chèvres étaient en plein déjeuner et les poules prêtes à sortir chasser les vers.

Ceci n'est pas une image idyllique, mais ce que nous vivons ensemble chaque matin depuis quelques mois.

Nous sommes 6 à la maison, 2 adultes et 4 enfants.

Et nous avons 7 animaux dont nous prenons soin.

Thibaut et moi sommes tous les deux indépendants.
Lui dans le secteur de la construction. Moi dans le secteur de la formation.
Nous faisons l'école à la maison pour Blaise, Capucine et Aurélien.
Et tentons d'élever nos enfants dans une forme de liberté qui nous plaît.
Ensemble, nous constituons une tribu prête à tout pour vivre ses rêves.

Ceci n'est pas un slogan publicitaire, mais nos convictions et le reflet des valeurs que nous défendons chaque jour. Plus fort encore !
Nous vivons dans une maison où chaque objet est minutieusement choisi.
Une maison qui vise le minimalisme, le moins mais mieux.
Mais aussi un espace de vie épuré visuellement qui en devient très agréable.
Et tellement plus simple à gérer malgré notre famille nombreuse !
Une habitation allégée de son surplus (ça, c'était le sujet du tome 1 : *Home Organising. Ma méthode en 10 étapes*).
Qui ne demande que 2 x trente minutes d'entretien chaque jour. Entretien auquel chacun participe.

Ceci n'est pas l'impossible à atteindre, mais le possible déjà mis en place dans notre maisonnée.

Mais, rassurez-vous... Tout n'est pas parfait. Tout n'est pas rose.
Les plus sceptiques vont adorer le paragraphe qui suit...

Parfois, je me sens débordée, épuisée et en colère.
Parfois, je passe ma journée à ramasser les affaires des autres.
Parfois, je fais grève et refuse de continuer tellement je me sens abandonnée des miens.
Parfois, je rêve de partir seule deux semaines sur une île déserte.
Parfois, je perds patience.
Parfois, je crie, je pleure.

Ceci n'est pas l'appel d'une maman en détresse, mais un aperçu de ce qui se trame à l'arrière de la scène, dans les loges d'une vie normale.

Mais c'est seulement parfois...Et quand ces émotions naissent en moi, je sors ma baguette magique.
Ma boîte à outils, remplie de listes, de plannings, de carnets et de rituels.
Et quand cela ne suffit pas, je sors mon kit d'urgence !
Rempli de livres, de séries télé, de photos et de chansons qui font du bien !

Je lève la tête, je me retrousse les manches.
Et je me rappelle que tout est possible.
Je fais un break, je m'isole, je reprends des forces.
Et puis je me mets en mouvement et je réfléchis aux solutions à mettre en place pour éviter de prendre l'eau à nouveau.

Ceci n'est pas une recette magique, mais un résumé des montagnes russes émotionnelles que je traverse depuis des décennies.

Je savoure le bonheur de cette organisation bien huilée.
Je me félicite de parvenir à gérer tant de petits combats quotidiens.
Je fais des photos avec mes yeux de ces espaces de vie si pratiques.
Je me sens fier de voir mes enfants débarrasser la table, vider le lave-vaisselle.
Je me rappelle le chemin parcouru.
Et je me dis que ce serait bien égoïste de garder tout ça pour moi.

Alors, je me lance un nouveau défi !
Rassembler dans ce tome 2 tous les ingrédients de ma recette.
Tous les outils qui m'ont sauvé la vie.
Et auxquels je fais encore si souvent appel !

N'y voyez aucune leçon de morale.
Aucune discrimination.
Aucun jugement.

Nous sommes tous concernés par les problématiques d'organisation.
Hommes et femmes.
Qu'on soit parent, grand-parent ou aucun des deux.
Qu'on vive en ville ou à la campagne.
Qu'on travaille ou qu'on soit parent au foyer.
Qu'on aime ou pas s'organiser !
Je ne souhaite exclure personne !
Seulement partager mon expérience et vous aider à trouver les ingrédients de votre propre recette.

Pour que demain, les « parfois » désastreux disparaissent au profit de « toutes les autres fois » heureuses !

MAIS AU FOND, POURQUOI S'ORGANISER ?

À l'heure où j'écris ces premières lignes, nous sortons peu à peu du deuxième confinement. Nous clôturons en douceur cette année 2020 bien chaotique !

Tous, nous avons dû revoir notre organisation quotidienne ces derniers mois !
Que ce soit pour mettre en place le télétravail.

Pour gérer les cours des enfants à distance.

Pour faire face aux périodes de quarantaine, parfois répétées.

Pour maintenir le cap malgré un surplus de travail.

Ou une période de chômage économique.

Pour annuler nos déplacements, nos voyages et nos vacances.

Pour supporter la sensation d'enfermement et la peur de l'avenir.

Nous avons été bien malmenés !

Et avons dû faire preuve de résilience et d'imagination plus d'une fois !

Comme vous, la tribu a dû s'adapter.

Nous avons dû apprendre à pagayer dans les remous.

Nous savons désormais comment manœuvrer quand un rapide se présente devant nous.

Et nous avons rassemblé, dans nos sacs à dos, tout le nécessaire en cas d'urgence.

Mais surtout, nous avons revu l'ensemble de notre organisation !

J'ai ressorti mes to-do lists !

J'ai retravaillé la liste des rituels du matin et du soir.

J'ai modifié mon cycle du linge.

J'ai amélioré mon planning hebdomadaire.

J'ai décalé mes horaires de travail.

J'ai déplacé mon activité professionnelle.

Et les mois ont passé...

Dans la joie et la bonne humeur !

Voilà pourquoi s'organiser !

Non pour s'enfermer dans une organisation quotidienne stérile et ennuyeuse.

Certainement pas pour rendre notre vie routinière et barbante.

Encore moins pour tout mettre dans des cases.

Mais seulement pour s'offrir plus de liberté !
Une liberté de mouvement, une liberté d'action.
Pour gagner en temps libre et en moments plaisirs.
Pour profiter de nos enfants, de nos proches, de nos amis.
Pour se libérer l'esprit et vivre pleinement l'instant présent.
Pour gagner en qualité de vie, tout simplement.
Même dans les périodes les plus compliquées !

Alors, promettez-moi de vous rappeler..
Que les seuls outils d'organisation qui valent la peine d'être étudiés, analysés, testés et mis en place dans vos vies sont ceux qui servent votre liberté !

Et certainement pas ceux qui vous compliquent la vie ! Pour cela, vous allez devoir faire preuve de souplesse et de flexibilité !
Mais aussi de libre arbitre et d'esprit critique !

Inutile de prendre tout ce que je vous écris au pied de la lettre.
Prenez du recul, faites du tri dans tous mes conseils et ne prenez que ce qui vous est vraiment utile maintenant, en fonction de votre situation actuelle.

Mais n'oubliez pas d'y revenir régulièrement...
Car vos besoins changent constamment (j'adore le principe d'impermanence !) et vous devrez régulièrement retourner aux outils et les adapter.

C'est ça, la magie du Home Management !
Un coffre rempli de trésors pour mieux s'organiser, dans lequel piocher au gré de nos envies et qui peut prendre toutes les formes en fonction des besoins de chacun !

Belles découvertes !

GÉRER SA MAISON COMME UNE PETITE ENTREPRISE ?

Je n'oublierai jamais ma première expérience professionnelle ! J'avais 22 ans et on m'avait demandé de rédiger une méthodologie de travail pour les nouveaux employés. Le but était de remettre ce dossier aux nouveaux engagés pour leur faire gagner du temps, mais surtout pour leur éviter d'interrompre sans cesse les plus anciens plongés dans leur travail qui leur demandait beaucoup de concentration. Je trouvais l'idée géniale ! Et fort utile ! Dans ce document, on pouvait retrouver des informations pratiques (coordonnées, numéros de téléphone, plan des bureaux, codes d'accès...), mais aussi des informations cruciales (comme l'emplacement du stock de papier toilette) ou encore l'organigramme de la société et une FAQ (« foire aux questions »).

Une fois devenue maman de jumeaux en avril 2009, je me suis remémoré le travail réalisé pour cette entreprise. Et me suis demandé s'il existait des modèles réalisés pour les familles.

Au fond, mon quotidien ne ressemblait-il pas à celui d'une petite entreprise familiale ?

- ▶ Thibaut et moi étions montés en grade en devenant deux fois parents en une seule fois !
- ▶ Nous avons désormais de nouvelles responsabilités.
- ▶ Des collègues avec lesquels partager nos journées.
- ▶ Des stocks monstrueux de langes et de briques de lait à gérer.
- ▶ Un surplus de travail à organiser.
- ▶ Un bureau envahi de jouets et de matériel de puériculture à réaménager.
- ▶ Et un budget à revoir !

Oui ! Nous étions bien devenus notre propre petite entreprise et il allait falloir organiser tout ça !

Alors, sur la base de ce que j'avais appris quelques années plus tôt, j'ai conçu une méthode d'organisation. Une méthode toute simple en dix étapes qui comprend quatre outils principaux.

Ma méthode a tellement bien fonctionné que mon entreprise familiale s'est agrandie au fil des ans, accueillant en avril 2011 notre nouveau collègue ;-) et en septembre 2018 notre petite « rawette ». Aujourd'hui, on peut dire que c'est une affaire qui roule !

Une affaire qui rapporte des milliers de câlins, de bisous et de moments mémorables !

Partez avec moi à la découverte de cette méthode et apprenez à votre tour à gérer votre maison comme une petite entreprise !

MA MÉTHODE

ÉTAPE 1 : PRENDRE CONSCIENCE
DE LA SITUATION

ÉTAPE 2 : IDENTIFIER
MES HABITUDES

ÉTAPE 3 : APPRENDRE À GÉRER
MON TEMPS

ÉTAPE 4 : MAÎTRISER MON
ENVIRONNEMENT

ÉTAPE 5 : RÉFLÉCHIR À
MES MOTIVATIONS

EN 10 ÉTAPES

ÉTAPE 6 : METTRE TOUTES
LES CHANCES DE MON CÔTÉ

ÉTAPE 7 : S'ORGANISER GRÂCE AUX
TROIS OUTILS DE BASE

ÉTAPE 8 : ALLER JUSQU'AU BOUT
DE MA DÉMARCHE

ÉTAPE 9 : SIMPLIFIER
LA GESTION DU LINGE

ÉTAPE 10 : SE SOUVENIR
DES CLÉS DE LA RÉUSSITE

LA ZONE DE TURBULENCES EST UNE EXPÉRIENCE !

J'aime utiliser la métaphore de l'avion car elle illustre parfaitement cette notion. Lorsque vous décidez de changer votre vie en modifiant votre organisation, c'est un peu comme un voyage que vous entreprenez... Un voyage qui vous éloigne de votre ancienne vie et vous rapproche de celle dont vous rêvez.

MÉTAPHORE

VOUS DÉCOLLEZ DANS UN CIEL UN PEU NUAGEUX, LES CONDITIONS DE VOL S'ANNONCENT COMPLIQUÉES, MAIS VOUS DÉCIDEZ QUAND MÊME DE PARTIR, SEUL(E).

EN PLEIN VOL, VOUS RENCONTREZ QUELQUES TURBULENCES, DES TROUS D'AIR, DE GRANDS VENTS QUI SECOUENT L'APPAREIL ET VOUS DEMANDENT DE BIEN VOUS ACCROCHER ET DE MONTER UN PEU PLUS HAUT DANS LE CIEL AU-DESSUS DES NUAGES.

C'EST LE MOMENT LE PLUS DIFFICILE, CAR VOUS AVEZ PEUR DE NE PAS Y ARRIVER ET PENSEZ MÊME RÉGULIÈREMENT À FAIRE MARCHE ARRÈRE.

MAIS VOUS TENEZ BON, VOUS VOUS ACCROCHEZ À VOTRE VISUALISATION POSITIVE (VOTRE NOUVELLE VIE) ET VOUS FINISSEZ PAR ATERRIR PAR CIEL BLEU ET TEMPS MAGNIFIQUE !

Vous allez faire ce voyage à votre tour... Et je parie que vous ne voudrez jamais retourner au point de départ ! Visualisez cette arrivée en fanfare dans votre nouvelle vie ! Et acceptez qu'il faille vivre la période de transition avant d'y parvenir.



ALORS, CONCRÈTEMENT, QU'EST-CE QUE TOUT CELA SIGNIFIE ?

Que vous allez devoir faire preuve de patience !

Petit pas par petit pas... inutile de vouloir tout changer d'un coup !

Votre cerveau aime passionnément vos petites habitudes et il faudra donc les changer les unes après les autres sans le brusquer !

Vous connaissez sans doute la règle des 21 jours... Personnellement, j'aime dire qu'il faudra patienter un petit mois entre chaque nouvelle impulsion de changement !

Que vous allez devoir faire preuve de discipline !

C'est-à-dire suivre la méthode, dans l'ordre précis, en ne sautant aucune étape !

Et bien vous assurer que l'étape précédente est acquise et clôturée avant de passer à la suivante.

Il vous faudra aussi réaliser les exercices que je vous propose dans ce livre afin d'ancrer toutes vos avancées dans des écrits, dans la matière.

Je vous conseille même de lire ce livre une première fois pour découvrir la philosophie et les outils et de le relire une seconde fois pour prendre des notes, réaliser les exercices et adapter les outils à votre sauce.

Que vous allez devoir faire face à des réticences !

Surtout de la part de votre entourage : personne n'aime voir quelqu'un sortir de son rôle et de son poste. Surtout les gens qui vous aiment et qui ont peur pour vous !

Vous allez donc devoir fermer les écoutilles et ne pas vous laisser submerger par les peurs, les freins et les craintes des autres. Vous allez devoir vous battre contre vos propres croyances, donc inutile d'ajouter celles des autres à ce combat. Vous allez voir se lever les boucliers, les armées d'arguments qui vont à l'encontre du changement, surtout quand il s'agit de l'organisation familiale !

Personne n'aime changer ses habitudes ! C'est humain !

Déplacez les tasses à café d'un niveau dans l'étagère et tous les membres de votre famille vous diront que c'était mieux avant ! Par principe...

Soyez donc vigilant(e), ne vous laissez pas emporter par les autres, restez centré(e) et sûr(e) de vous et revenez sans cesse à la liste de vos motivations (qui arrive à l'étape 5 de la méthode) lorsque vous sentez que vous vacillez.

Que vous ne devez surtout pas tenter de convaincre les autres !

Il n'y a rien de pire que d'essayer de tirer de force les autres membres de la famille vers un changement qu'ils n'ont pas désiré ! C'est inutile et épuisant !

Je vous conseille donc une autre approche : parlez, expliquez, racontez ce que vous êtes en train d'expérimenter. N'hésitez pas à détailler pourquoi vous vous lancez dans cette aventure et insistez sur les bienfaits (par effet ricochet) sur toute la dynamique familiale.

Puis, avancez seul(e) sans attendre l'approbation ou l'aide des autres. Mettez en place ces changements (qui ne concernent que vous) sans rien attendre, à part le fait de vous faire du bien. Rayonnez de plus en plus fort, montrez comment ces changements vous rendent plus heureux(se) et laissez les autres venir doucement vers vous avec leurs questions et leurs propres envies...

Vous aurez alors joué le rôle de la locomotive et les wagons s'accrocheront les uns derrière les autres sans effort et sans dispute ! Je ne compte plus le nombre de clients qui m'ont apporté un témoignage qui allait dans ce sens !

« Ce à quoi tu résistes, persiste ! » résume tout en peu de mots...

- ▶ Plus vous tenterez d'emmener les autres avec vous par la force, la menace ou le chantage, plus vous devrez affronter de résistance.
- ▶ Plus vous tenterez de vous changer vous en premier, plus vous aurez de chances de voir votre tribu vous rejoindre dans la joie et la bonne humeur !



ÉTAPE 1

PRENDRE

CONSCIENCE DE LA SITUATION

Attention, c'est parti pour une séance de déculpabilisation très efficace !
Rappelez-vous : un peu plus haut, j'évoquais les tabous et la honte qui peuvent empêcher les gens débordés de demander de l'aide ou de parler de cette difficulté.

Je vous avais promis de vous faire sortir de cette ornière : c'est maintenant que ça se joue.



COMBIEN DE CASQUETTES SUR VOTRE TÊTE ?

Je voudrais que vous preniez conscience du nombre de **rôles** que vous endossez une fois la porte de votre habitation fermée. Le nombre de **casquettes** que vous portez sur la tête en permanence. Le nombre de **métiers** que vous effectuez sans même le savoir.

Vous avez peut-être un travail que vous effectuez à l'extérieur de votre maison et pour lequel vous recevez une compensation financière...

Ce n'est pas de celui-là dont je vous parle...

Mais bien de toutes les casquettes que vous portez sur votre tête lorsque vous vivez vos autres vies ! Celles qui s'ajoutent à votre activité professionnelle (qui pourtant vous prend déjà la majorité de votre temps quotidien).

Je vous demande de conscientiser tous les métiers que vous pratiquez avant et après votre travail rémunérateur !

J'aime parler de casquettes, car cette image me permet d'ores et déjà de préparer la suite... Si ce sont des casquettes (qui pèsent lourd sur votre tête !), vous pouvez les partager avec les autres lutins qui vivent à vos côtés et même en dehors de chez vous. Ces casquettes peuvent facilement se déplacer, quitter votre tête pour être posées sur une autre.

J'aime aussi parler de métiers, car ceux-ci demandent des formations, des connaissances, de l'expérience et des collègues... mais méritent aussi de la reconnaissance et du soutien ! Gérer sa maison comme une petite entreprise, rappelez-vous !

J'aime aussi parler de rôles, car cela me fait penser à la pièce de théâtre que nous jouons chaque jour en endossant parfois des costumes qui ne nous ressemblent pas, ou en jouant des personnages très éloignés de ce que nous sommes vraiment.

Vous l'avez compris : au diable les déguisements ! Adieu les multi-casquettes ! Bienvenue dans mon monde ! Celui où gérer sa maison, sa famille et son quotidien est un métier à part entière et qui mérite toute notre attention !

C'est pourquoi j'aimerais que vous preniez le temps nécessaire pour un premier exercice, pour enfin observer vos différentes casquettes et imaginer des solutions à cette surcharge évidente...

Je sais ce que vous vivez ! Durant des années, je portais quasi seule toutes les casquettes liées à la gestion de la maison et de la famille. Ne me faites pas dire ce que je n'ai pas dit ! Thibaut a toujours été participatif, aidant et encourageant ! Il s'est toujours investi dans son rôle de papa et a toujours fait tout ce qu'il pouvait pour m'épauler.

Mais le constat était toujours le même... c'est moi qui passais la majorité du temps à la maison avec les enfants (car j'avais limité mon temps de travail à l'extérieur) et lui passait sa vie au travail (car il fallait compenser le peu d'argent que je ramenaient à la maison).

Et un jour, celui où j'ai fait l'exercice que je vous invite à faire juste après, la réalité que nous avions toujours redoutée nous a explosé à la figure.

C'était moi qui :

- ▶ levais les enfants et les habillais le matin (Thibaut était déjà parti travailler) ;
- ▶ les amenais chaque jour à l'école et à la crèche (dans ma toute petite voiture alors que Thibaut avait une voiture familiale de société bien plus sécurisée) ;
- ▶ me rendais disponible au moindre appel en cas de fièvre, de toux, de boutons ou de microbes infantiles (et bon sang, qu'est-ce qu'on en a bavé !) ;
- ▶ faisais les courses (cette corvée que j'ai toujours détestée),
- ▶ préparais les repas (Thibaut rentrait rarement avant 18 h 30).
- ▶ donnais le bain aux enfants (seul moyen de les calmer en fin de journée) ;

J'étais devenue irremplaçable !

Si je n'étais pas là, tout tournait au ralenti.

Et Thibaut se retrouvait perdu dans sa propre maison avec ses propres enfants.

J'étais devenue la borne centrale d'informations !

Élo ? Tu ne sais pas où je peux trouver les gouttes pour le nez ?

Maman ? Tu as rangé où mon doudou ?

Élo ? Ils sont où les gants de Capucine ?

Personne ne savait rien ! À part moi !

Je nourrissais de plus en plus de frustrations et d'idées noires.

J'en voulais à la terre entière de me faire vivre cet enfer.

Et je me suis épuisée...

On ne va quand même pas rester sur une note si négative ! Vous vous doutez que je ne suis pas restée dans cette situation inconfortable bien longtemps ;-). Et que j'ai cherché des solutions !

En réalité, je m'en suis sortie en faisant l'exercice suivant :


EXERCICE


- ▶ Sur une feuille, faites deux colonnes et notez dans la colonne de gauche tous les métiers que vous réalisez une fois chez vous, dans votre habitation, avec les autres membres de votre tribu.
- ▶ Tentez de donner un terme professionnel à ces différentes casquettes, histoire de leur donner plus de poids !
- ▶ Faites fonctionner votre imagination et ne vous donnez aucune limite ! Tout est possible ! On peut même relever des métiers comme *escort girl*, médiateur(trice), psychologue, sexologue...
- ▶ Ensuite, observez cette liste et cochez les missions qui vous plaisent, qui vous procurent un certain plaisir ou que vous faites sans rechigner.
- ▶ Mettez en exergue les missions que vous détestez, que vous faites avec des pieds de plomb et que vous aimeriez voir disparaître de votre quotidien.

PAR EXEMPLE :

- ▶ Puériculteur(trice), instituteur(trice) maternelle, enseignant(e), assistant(e) social(e), prof. particulier.
- ▶ Cuisinier(ère), concierge, chauffagiste, électricien(ne), jardinier(ère).
- ▶ Policier(ère), chargé(e) de communication interne et externe, gestionnaire de crise.
- ▶ Responsable des stocks, taxi, aide-ménager(ère), éboueur(euse).
- ▶ ...

www.elodiewery.be
info@elodiewery.be

 Elodie, Thibaut and Co - l'entreprise

 elodiethibautandco

 Elodie Wery and Co

Conception graphique et mise en page : Nathalie Jolie – Visucy

Photos : Laetizia Bazzoni

Illustrations : Alizée Ortegata

Relecture : Catherine Meeüs

www.racine.be

Inscrivez-vous à notre newsletter et recevez régulièrement
des informations sur nos parutions et activités.

Toutes reproductions ou adaptations d'un extrait quelconque de ce livre,
par quelque procédé que ce soit, sont interdites pour tous pays.

© Éditions Racine, 2021 (1^{er} tirage)

Tour et Taxis, Entrepôt royal

86C, avenue du Port, BP 104A · B - 1000 Bruxelles

D. 2021, 6852. 10

Dépôt légal : juin 2021

ISBN 978-2-39025-136-1

Imprimé aux Pays-Bas