



Cet extrait vous est offert par :

<http://www.paguja-ebook.com>

Ce document est produit par les [Créatrices Web](#).

AVIS

Cet extrait est pour votre information seulement. L'auteure ou ses revendeurs ne sauraient être tenus responsables des résultats que vous obtiendrez en utilisant ce matériel.

Note : Ce document est un ebook gratuit !

Vous n'avez pas le droit de modifier le contenu de cet ebook de n'importe quelle manière que ce soit.

TOUS DROITS RÉSERVÉS.

Copyright © 2007 pretavendre.com

Sylvie Laflamme. Créatrices Web et pretavendre.com

Graphisme de la couverture virtuelle : Julie Fortin, Graphique-Club.com

Toute reproduction de ce document est strictement interdite et punissable par la loi.

ISBN – 978-2-923592-04-6

Dépôt légal - Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2007

Dépôt légal - Bibliothèque et Archives Canada, 2007

Accroche-toi, tu y arriveras!

© Sylvie Laflamme, Créatrices Web et Pretavendre.com

Distribution gratuite autorisée, reproduction ou modification interdite.

Table des matières de l'ebook d'où est extrait ce document.

Bolide ou bazou ?	5
Il te faut un objectif.....	9
Trouve ton frein.....	12
Étape préparatoire.....	14
Murphy le terrible !.....	19
Comment construire ton bolide.....	23
Combien vaut ton temps ?.....	28
La finition du travail ça compte pour beaucoup !.....	32
Au chômage ? Oui, et puis ?.....	36
Maslow avait bien compris pourquoi.....	38
Coach de vie.....	43
Apprendre à vivre avec un bolide.....	45
Conclusion.....	47

Accroche-toi, tu y arriveras !

Tu as le droit toi aussi d'atteindre tes objectifs les plus fous.

Tous les matins tu te réveilles avec la tête pleine de projets pour la journée ou alors, au pire, avec la liste des tâches à accomplir pour atteindre tes objectifs. Mais la journée se passe et...

Oh ! Désolation... Tu t'es échiné comme un bœuf de travail mais pourtant la liste est encore presque entière. Tu te dis alors : « Encore une autre journée improductive ! » et ton moral tombe à plat.

Combien d'entre nous avons émis l'idée saugrenue qu'il était injuste qu'une journée ne contienne que 24 petites heures ? Que dire de ces personnes qui s'ennuient et sombrent dans la déprime la plus totale parce qu'ils ne savent quoi faire de leur journée ?

Tu as parfois l'impression que tu ne vis pas dans le même monde ou le même univers que tes semblables qui semblent parvenir à prendre du bon temps tout en réussissant le tour de force d'avoir tout fait ce qu'ils avaient à faire ?

Ce livre est pour toi !

Si tu désires sincèrement que les choses s'arrangent dans ta vie, si tu possèdes en toi la passion du travail bien fait et que tu sais prendre plaisir dans ce que tu fais, si tu as un objectif de vie précis et que tu désires sincèrement l'atteindre, alors RIEN NE PEUT T'Y EMPÊCHER !

Bolide ou bazou ?

Au Québec nous utilisons le mot « bazou » pour désigner un véhicule sans puissance, usé par la « vie » qu'on lui a fait subir. Ce n'est plus un véhicule performant mais puisqu'il n'est toujours pas parti pour la ferraille, c'est qu'il a bien rempli son rôle durant de très nombreuses années et qu'il est encore possible d'en tirer quelque chose de valable.

Le bolide, à son opposé, est un véhicule vraiment très rapide, très performant. Le bazou peut avoir déjà fait partie de la catégorie des bolides cependant.

L'humain peut se comparer à ces deux catégories : le bolide ou le bazou.

Certains débutent leur vie d'adulte en bolide et lentement s'étiolent pour devenir bazou au fil des années. D'autres, comme le bon vin, deviennent des bolides en vieillissant. Rien à voir avec l'âge !

De quelle catégorie es-tu ?

Difficile de choisir ?

Tout dépend des jours ?

O.K. Nous allons étudier ton cas d'un peu plus près afin de t'aider à choisir la catégorie qui te concerne pour qu'ensuite tu puisses te comporter en digne représentant de ce groupe. 😊

Réponds le plus honnêtement possible à ces questions par oui ou par non. Note tes réponses sur une feuille pour pouvoir calculer le résultat par la suite.

Bolide ou Bazou - questionnaire

Petit questionnaire sans prétention pour te connaître un peu mieux.

1. Fais-tu plus souvent des cauchemars que des rêves agréables ?
2. Te réveilles-tu souvent la nuit ? (ou durant ta plus grande période de sommeil si tu travailles de nuit.)
3. Éprouves-tu des difficultés à trouver le sommeil ?
4. As-tu besoin d'un réveille-matin pour te lever à l'heure voulue ?
5. Dès les premiers instants après ton réveil, penses-tu à faire des étirements avant de quitter le lit ?
6. Est-ce que tu ressens des douleurs musculaires quand tu sors du lit ?
7. Est-ce que tu ressens du plaisir à te lever chaque matin ?
8. Tes premières pensées sont-elles agréables ?
9. Prends-tu ton petit-déjeuner avant de commencer ta journée ?
10. Est-ce que ta santé et ton alimentation sont importantes pour toi ?
11. Est-ce que tu vis seul ?
12. Est-ce que tu es heureux de cette situation ?
13. Fais-tu mentalement la liste de tout ce que tu dois faire dans la journée avant de la débiter ?
14. As-tu une liste écrite des choses les plus importantes à faire aujourd'hui ?
15. Passes-tu plus d'une heure au téléphone, pour raisons personnelles, par jour ? (Des amis, la famille, des démarches administratives, etc.)

Accroche-toi, tu y arriveras!

© Sylvie Laflamme, Créatrices Web et Pretavendre.com

Distribution gratuite autorisée, reproduction ou modification interdite.

16. Ton principal souci est-il d'ordre financier ?
17. Crois-tu possible d'augmenter ton rythme de travail ?
18. Es-tu prêt à changer ta manière de faire les choses ?
19. As-tu une passion qui ne concerne que toi ? (Pas la passion amoureuse, mais une passion de faire quelque chose qui te rend vraiment heureux.)
20. Dans les derniers 5 ans, as-tu accompli quelque chose dont tu sois particulièrement fier ?
21. Es-tu capable d'attention, de concentration, dans le but d'apprendre ?
22. Es-tu capable de te discipliner sans te sentir brimé ?
23. Ressens-tu de la culpabilité lorsque tu délaisses des travaux que tu as commencés et qui ne sont pas terminés ?
24. Ressens-tu de la culpabilité quand tu dois faire quelque chose qui déplaît à quelqu'un dans ton entourage immédiat ?
25. Es-tu capable d'aller contre l'avis de tes proches pour atteindre tes objectifs ?
26. La sécurité financière est-elle plus importante à tes yeux que le bonheur ?
27. As-tu envie d'être reconnu pour tes actions et tes réalisations ?
28. Serais-tu capable de vaincre ta plus grande peur si ta réussite financière, ton bonheur ou ta santé en dépendait ?
29. As-tu plus d'un ami suffisamment proche capable d'accepter que tu changes radicalement et qui acceptera de demeurer ton ami ?
30. Considères-tu ce questionnaire utile pour découvrir qui tu penses être ?

Accroche-toi, tu y arriveras!

© Sylvie Laflamme, Créatrices Web et Pretavendre.com

Distribution gratuite autorisée, reproduction ou modification interdite.

Maintenant que tu as répondu à toutes ces questions par oui ou par non, accorde-toi un point pour les réponses suivantes:

1- oui	2- oui	3- oui	4- oui	5- non	6- oui
7- non	8- non	9- non	10-non	11-oui/non	12-non
13-non	14-non	15-oui	16-oui	17-non	18-non
19-non	20-non	21-non	22-non	23-oui	24-oui
25-non	26-oui	27-non	28-non	29-non	30-non

Tu remarqueras qu'à la question no. 11, peu importe la réponse. Alors ajoute-toi un point que tu aies répondu par oui ou par non. Cette question ne sert qu'à prendre conscience de ta situation et à « appuyer » la question no. 12.

Maintenant regardons que veux dire ton résultat.

Si ton pointage est de 20 à 30, tu es véritablement du type « bazou ». Nous verrons comment y remédier plus loin.

Si ton pointage se situe entre 10 et 19, tu fais partie de la moyenne des gens qui sont parfois « bazou » et parfois « bolide ». Là encore il y a possibilité d'améliorer la situation pour faire de toi un « bolide » à faire rêver d'envie ! ☺

Si ton pointage se situe entre 1 et 9 tu es en mesure de réaliser beaucoup de choses dès maintenant. La lecture de ce livre t'aidera à améliorer ton rendement mais surtout à te confirmer que tu as tout le potentiel **ici et maintenant** pour atteindre tes objectifs.

Accroche-toi, tu y arriveras!

© Sylvie Laflamme, Créatrices Web et Pretavendre.com

Distribution gratuite autorisée, reproduction ou modification interdite.

Cet extrait t'a plu ? Alors vas vite acheter le livre entier. Je t'y réserve encore beaucoup d'idées qui t'aideront certainement à progresser vers la réalisation de ton rêve le plus important et tous les autres aussi bien sur !

Pourquoi attendre pour toucher enfin au bonheur ? Il est là tout près et n'attend qu'un signe d'invitation pour venir te trouver. Accroche-toi bien et tu y arriveras !

Si tu as le goût de me raconter ton histoire et ton cheminement pour atteindre ton principal objectif, voici l'adresse à utiliser :

commentaires@pretavendre.com

Autant que possible je réponds à tous les courriels que je reçois et te lire me fera énormément plaisir.

Sylvie Laflamme

Accroche-toi, tu y arriveras!

© Sylvie Laflamme, Créatrices Web et Pretavendre.com

Distribution gratuite autorisée, reproduction ou modification interdite.