

ANIMATEURS : Bruno Bonnell (Robopolis)
Christophe Valtier (Bayard Presse)

REDACTEURS : Marc-Olivier Moissard
Marie-Sophie Blanc

1 CONVICTION

- Savoir fixer des limites professionnelles et personnelles :
 - Planning (à quelle heure je rentre du travail)
 - Lieu de travail (est-ce que je ne travaille que sur mon lieu de travail)
 - Période (travail & vacances)
 - Savoir hiérarchiser ses projets & gérer leur nombre
 - Famille
 - Loisirs
 - Associations

2 QUESTIONS

- Sommes-nous capables de faire des choix ?
(Arrêter/ralentir un projet)
- Ce choix ne s'impose-t-il pas de lui-même ?
(Aléas : réussites, échecs privés ou professionnels)

2 PRECONISATIONS

- Il faut savoir déléguer et s'appuyer sur une structure, un cadre privé ou professionnel.
- Savoir sur une confiance (toi, joie, optimisme) pour mener ses projets.