



**Les espaces agissent.  
Toujours! Partout!**

**Sur la piste des signaux  
Révéler  
Bilan Focus en 5 minutes**

En seulement 5 minutes, découvrez si votre habitation ou votre lieu de travail vous soutient, vous freine ou vous fait perdre de l'énergie sans que vous en ayez conscience.

Répondez spontanément aux questions suivantes.

Ne réfléchissez pas. Resentez



### Question 1 – Votre lieu de ressourcement

Quel espace de votre habitation vous apporte le plus de calme, d'énergie ou de clarté

- ☐ Je sais immédiatement de quel espace il s'agit.
- ☐ J'hésite.
- ☐ En réalité, aucun.

Ce que cela peut révéler :  
Nous percevons intuitivement les espaces qui nous soutiennent.

### Question 2 – L'espace que vous évitez

Y a-t-il une pièce ou un espace de votre habitation que vous utilisez le moins possible ?

- ☐ Oui
- ☐ Non
- ☐ Je n'y avais jamais réfléchi.

Ce que cela peut révéler :  
Les espaces que nous évitons reflètent souvent des aspects de notre environnement qui méritent notre attention.

### Question 3 – Votre premier regard

Que voyez-vous en premier lorsque vous vous réveillez le matin ?

- ☐ Quelque chose qui m'inspire.
- ☐ Quelque chose de neutre.
- ☐ Du désordre, du travail ou des tâches inachevées.

Ce que cela peut révéler : Le premier regard de la journée influence souvent notre état d'esprit plus que nous ne l'imaginons.

### Question 4 – Votre développement

Avez-vous le sentiment que votre espace favorise votre développement personnel ?

- ☐ Oui, tout à fait.
- ☐ En partie.
- ☐ Je ne suis pas sûr(e).
- ☐ Pas vraiment.

Ce que cela peut révéler :  
Les espaces ne reflètent pas seulement votre vie d'aujourd'hui. Ils influencent souvent les possibilités qui s'offrent à vous demain.



**Chaque espace envoie des signaux.**  
**Certains renforcent la clarté, le calme et le développement.**  
**D'autres favorisent l'agitation, la procrastination et l'immobilisme.**



### **Votre évaluation :**

Si vous avez hésité à répondre à une ou plusieurs questions, cela vaut la peine d'observer votre espace plus attentivement.

Lors du premier entretien, la recherche devient personnelle.

Premier entretien