

MES FAVORIS

Films : _____

Livres : _____

Chansons : _____

Nourriture : _____

Boissons : _____

Restaurants : _____

Émissions/séries télévisées : _____

Vêtements : _____

Couleurs : _____

Albums CD : _____

RÉSULTATS D'HIVER	RÉSULTATS DU PRINTEMPS	RÉSULTATS D'ÉTÉ	RÉSULTATS D'AUTOMNE
----------------------	---------------------------	--------------------	------------------------

Nom : _____
Nom du médecin traitant : _____

HISTORIQUE MÉDICAL

ANNÉE	ÂGE	TAILLE	POIDS	PRESSION ARTÉRIELLE	TAUX DE GLUCOSE	BON CHOLESTÉROL	MAUVAIS CHOLESTÉROL

DATES IMPORTANTES

Mon anniversaire : _____

L'anniversaire de mon/ma partenaire : _____

Les anniversaires de mes enfants : _____

Les anniversaires de mes parents : _____

Les anniversaires d'autres personnes de la famille : _____

Les anniversaires de mes amis : _____

Jalons de carrière : _____

DIVERS

Ajoutez des notes supplémentaires, des photos, anciens tickets et autres !

DIVERS

Ajoutez des notes supplémentaires, des photos, anciens tickets et autres !

SUIVI DE MES OBJECTIFS

OBJECTIF	DATE D'ACCOMPLISSEMENT

ANNÉE : _____



J'ai (âge) : _____

Mon poste est : _____

Le poste de mes rêves est : _____

Mon/ma meilleur(e) ami(e) est : _____

L'amour de ma vie est : _____

J'habite à : _____

Je vis avec : _____

Un mot qui me décrit est : _____

Mon passe-temps favori est : _____

La chose que j'aimerais changer est : _____

Mon objectif personnel est : _____

Mon objectif professionnel est : _____

Une personne que j'admire est : _____

Mon vœu le plus cher est : _____

Mon meilleur souvenir est : _____

ANNÉE : _____



J'ai (âge) : _____

Mon poste est : _____

Le poste de mes rêves est : _____

Mon/ma meilleur(e) ami(e) est : _____

L'amour de ma vie est : _____

J'habite à : _____

Je vis avec : _____

Un mot qui me décrit est : _____

Mon passe-temps favori est : _____

La chose que j'aimerais changer est : _____

Mon objectif personnel est : _____

Mon objectif professionnel est : _____

Une personne que j'admire est : _____

Mon vœu le plus cher est : _____

Mon meilleur souvenir est : _____

ANNÉE : _____



J'ai (âge) : _____

Mon poste est : _____

Le poste de mes rêves est : _____

Mon/ma meilleur(e) ami(e) est : _____

L'amour de ma vie est : _____

J'habite à : _____

Je vis avec : _____

Un mot qui me décrit est : _____

Mon passe-temps favori est : _____

La chose que j'aimerais changer est : _____

ANNÉE : _____



J'ai (âge) : _____

Mon poste est : _____

Le poste de mes rêves est : _____

Mon/ma meilleur(e) ami(e) est : _____

L'amour de ma vie est : _____

J'habite à : _____

Je vis avec : _____

Un mot qui me décrit est : _____

Mon passe-temps favori est : _____

La chose que j'aimerais changer est : _____

Mon objectif personnel est : _____

Mon objectif professionnel est : _____

Une personne que j'admire est : _____

Mon vœu le plus cher est : _____

Mon meilleur souvenir est : _____

Mon objectif personnel est : _____

Mon objectif professionnel est : _____

Une personne que j'admire est : _____

Mon vœu le plus cher est : _____

Mon meilleur souvenir est : _____

ANNÉE : _____



J'ai (âge) : _____

Mon poste est : _____

Le poste de mes rêves est : _____

Mon/ma meilleur(e) ami(e) est : _____

L'amour de ma vie est : _____

J'habite à : _____

Je vis avec : _____

Un mot qui me décrit est : _____

Mon passe-temps favori est : _____

La chose que j'aimerais changer est : _____

Mon objectif personnel est : _____

Mon objectif professionnel est : _____

Une personne que j'admire est : _____

Mon vœu le plus cher est : _____

Mon meilleur souvenir est : _____
