Bilan de la semaine 1

*(à remplir APRES les courses)*

Objectif fixé : …….………. €

Dépense réalisée : ……… €

SI OBJECTIF ATTEINT :

Mon ressenti *(difficulté ressentie, temps passé, fierté, soulagement, confiance pour la suite…)* :

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………….

SI OBJECTIF NON-ATTEINT :

Avant les courses, avais-je rempli toutes les cases de la check-list ?

* Oui
* Non

La liste de courses respectait-elle le budget ?

* Oui
* Non : pourquoi n’ai-je pas remanié le menu ?

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

Lors des courses, ai-je pris plus d’articles que sur la liste ? Lesquels et pourquoi ? *(Promos ? têtes de gondole ? faim ? Demandes du conjoint(e ) ou des enfants ? Autre raison ?)*

……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………….

Suis-je parti(e ) perdant(e ) ou défaitiste ?

* Oui : mon objectif est peut-être mal choisi ?
* Non

Que puis-je mettre en place pour respecter mon objectif la semaine prochaine ?

…………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………….