

Un carnaval d'articles du blog Langonaute

Les bonnes résolutions, ouï ou non?



Table des matières

Carnaval d'articles, le bilan	3
Se mettre au trail	4
Par Thimotée , du blog Courir Libre en Montagne	
Bonnes résolutions, pièges à ...? (oui, mes rimes ne sont pas toujours fines)	6
Par Geneviève , du blog Formation Réussite Totale	
Les bonnes résolutions, oui ou non ?	9
Par Adelin , du blog Habitudes de réussite	
Les bonnes résolutions...	11
Par Thomas , du blog Argentique 2.0	
Nouvel an nouveau départ - faut il prendre de bonnes résolutions?	14
Par Séverine du blog Langonaute - article bonus	

Carnaval d'articles, le bilan

Le principe du carnaval: Réunir **autour d'un même thème** différents blogueurs ayant chacun leurs passions, leurs expériences, leurs points de vue. À partir de ce thème, **chaque participant écrit un article** qu'il publie ensuite sur son blog.

J'ai ainsi invité d'autres blogueurs à **réfléchir sur la question des bonnes résolutions** si ancrées dans nos traditions de l'an neuf.

Y a t-il un véritable bénéfice aux bonnes résolutions? Comment y réfléchir? Comment les choisir? Comment s'y tenir? Et pourquoi on s'impose ça au fait?? Comment ça se passe si on ne s'y tient pas?

Voici venu le temps de partager avec vous leurs réflexions a ce sujet. Je trouve ça génial de voir comment chacun le perçoit, selon ses habitudes de vie, son vécu, ses centres d'intérêts. Il n'y a pas une seule bonne réponse ni une seule façon d'envisager le changement.

Et il n'y a pas non plus que les résolutions qui sont sources de changement, comme nous l'explique Thomas du blog Argentique 2.0.

Vous trouverez ci dessous leurs articles complets pour le plaisir de lire et découvrir ces points de vue variés, aussi bien en ce qui concerne les résolutions, que leur applications dans le domaine de chacun des blogueurs.

Le dernier article est le mien. Petit bonus rien que pour vous puisqu'il n'apparaît pas sur mon blog!

Nous voilà donc entrés dans une nouvelle année et nouvelle décennie.
Et vous, cette nouvelle année vous l'envisagez comment?

Bonne lecture.



*Séverine,
Auteur du blog langonaute.com*

Se mettre au trail

Par Thimotée, du blog [Courir Libre en Montagne](#)

Courir libre en montagne ! Se mettre au trail pour changer de vie.

*23 Se mettre au trail, du [défi 70 jours](#).

Cet article participe à l'événement inter-blogueurs «Les bonnes résolutions, oui ou non? » du blog [langonaute.com](#). Ce blog offre des astuces pour mieux apprendre tout en invitant les lecteurs à une exploration du monde merveilleux des langues. Je vous suggère d'ailleurs l'article suivant que j'ai beaucoup aimé :

[mon défi en 12 mois](#)

Ou comment apprendre une langue étrangère en 1 an seulement.

DU RÊVE À LA RÉALITÉ ?

Il vous est peut être déjà arrivé de prendre **une bonne résolution** le 1 janvier de l'année. Comme toutes les années, vous avez fini la soirée du 31 (ou le début de matinée du 1er janvier) à dormir dans les toilettes. Et au réveil vous vous souvenez de rien. A part peut être une seule chose ! La bonne résolution de vous mettre au trail que vous avez pris la veille.

Je ne sais pas pourquoi cette tendance existe, **mais les gens décident de reprendre leur vie en main le 1 er janvier**. Sûrement pour recommencer l'année sur de bonnes bases.



Le lac reflète la montagne tout comme vos actions reflètent votre vie !

QUAND PRENDRE LA DÉCISION DE SE METTRE AU TRAIL ?

Je ne suis pas sûr que ce soit efficace. Si on regarde bien, il y a **très peu de personnes qui tiennent les résolutions qu'ils ont mises en place le 1er janvier**. Alors pourquoi cette année, vous feriez mieux que la dernière fois ?

Personnellement je me suis mis en tête que si je devais reprendre un aspect de ma vie en instaurant une nouvelle habitude, je n'avais **pas besoin d'attendre le 1er janvier pour cela**.

Car oui en général, les bonnes résolutions de début d'années sont "Je ferai du sport", "j'apprendrai une langue", "je lirai un livre par mois" etc..

Si tu veux changer ta vie, change la maintenant.

N'attends pas le 1er janvier. Tu repousses juste le problème à plus tard. Si tu décides quand même d'attendre le 1er janvier, tu peux être sûr que **tu ne tiendras jamais ta résolution**. Car dire "je vais me mettre au trail" et devoir s'imposer des séances chaque semaines, ce n'est pas si évident. On ne décide pas cela sur un coup de tête..

COMMENT TENIR LA RÉOLUTION DE SE METTRE AU TRAIL ?

En fait une résolution correspond à **la mise en place d'une habitude**. Donc il suffit de former une habitude. Pour cela :

– Commence par **te fixer une date de fin et un objectif très précis**. Parce que dire "cette année je me met au trail", ne te donnera pas envie de t'entraîner toute l'année. Par contre dire "pendant 30 jours, je cours 30 min 1 jour sur deux" la **tu t'identifies à ton objectif** et tu peux commencer à le réaliser sans te prendre la tête. Car tu as déjà fait le plus gros du travail : **Définir une action concrète**.

– **Travailler son autodiscipline**. Ce n'est pas évident de garder la motivation tous les jours. Il va vous falloir une bonne dose de discipline et un rappel de votre objectif chaque jours pour vous pousser à réaliser cette habitude. Cliquez ici si **tu veux en savoir plus pour garder la motivation, travailler sa discipline et enfin réussir à former une habitude**.

CONCLUSION

Oui je pense que c'est bien de **se lancer des défis, des habitudes à tenir, des résolutions**. Je m'en lance régulièrement. J'ai grandement changé ma vie grâce à tous ces petits défis. Mais est-il **vraiment nécessaire d'attendre le 1er janvier pour essayer de changer de vie**? A toi de me le dire.

Merci de m'avoir lu, tu peux me donner ton point de vue sur les bonnes résolutions de début d'année dans les commentaires. Je t'invite aussi à partager cet article si tu penses qu'il peut apporter de la valeur à quelqu'un qui en a besoin.
A très vite !

Bonnes résolutions, pièges à ...? (oui, mes rimes ne sont pas toujours fines)

Par Geneviève, du blog [Formation Réussite Totale](#)



Grande première pour ce deuxième !

Me voilà à peine entrée dans le monde merveilleux du blogging, et v'là t'y pas que je m'en vais découvrir une de ses nombreuses facettes dont j'ignorais l'existence, et même que je vais m'offrir le luxe de m'y lancer.

Eh oui ! Je suis comme ça moi, toujours prête pour l'aventure ! (Ah... On me chuchote à l'oreille qu'aventurière n'est pas vraiment un mot qui me définit d'ordinaire . Qu'à cela ne tienne, ça viendra un jour ! Donc là on va dire que je m'entraîne)

Bref bref bref...

Je viens donc de découvrir le concept de « carnaval d'articles », grâce à Séverine, l'aventurière des langues (elle c'est pour de vrai), et son blog [Langonaute](#). Elle nous y parle de sa passion pour le monde merveilleux des langues, nous offre des astuces pour mieux apprendre, et nous donne envie de nous y mettre nous aussi

(Si je ne devais choisir qu'un de ses articles à vous conseiller, ce serait **celui-ci**, mais bien d'autres sont à découvrir avec plaisir)

Un carnaval d'articles c'est :

un **thème**, proposé par :

un **blogueur**, au sujet duquel écriront :

d'autres blogueurs.

Un axe, plusieurs point de vue. Des échanges et des découvertes. Tout ce que j'aime !

Le thème de Séverine en cette fin d'année qui approche est donc (oui oui, enfin, l'introduction prend fin) **Les bonnes résolutions, oui ou non ?**

Dans ma tête, quand on dit *résolution*, je pense au verbe *se résoudre*, et déjà ça me plaît moyen. Un petit tour sur la toile me donne 3 sens principaux :

- se décider à
- se dissoudre
- se résigner

Bon, y en a un qui est vraisemblablement scientifique, on va le laisser tranquillement disparaître. Quant aux deux autres, ils me font un effet « y a qu'à, faut qu'on », souvent contraignant, rarement productif. Et moi j'aime pô les contraintes.



Peyo, si tu me lis, merci !

JE PRÉFÈRE RÊVER.

Bah oui, c'est beau de rêver ! Et je parle bien au premier degré.

Les rêves permettent de réaliser tellement plus de belles choses que les contraintes. Des rêveurs ont uni des peuples, des nations entières (interro flash éclair : qui pourra me citer en commentaire un rêveur qui a réussi ce type d'exploit ?) ; alors que les contraintes ont nourri les injustices, divisé, mené au conflit. Les rêveurs ne s'arrêtent pas à un échec, ils persévèrent, car ils y croient (si tu croises un jour Thomas Edison, demande-lui combien d'échecs essuyés avant de mettre au point l'ampoule). Les personnes qui se sentent contraintes vont trouver toutes les excuses possibles pour s'arrêter. Et c'est ce qui est, selon moi, la cause de toutes les bonnes résolutions prises à la nouvelle année et laissées sur le carreau quelques semaines à peine plus tard (on se lasse encore plus vite d'une bonne résolution qu'un enfant ne se lasse d'un de ses nombreux cadeaux de Noël en fait... Ça mérite réflexion non ?)

Je n'ai pas la prétention de changer le monde, loin de là. Mais j'ai l'envie profonde de faire évoluer *mon* monde. J'ai des envies, des rêves, des objectifs, appelle-les comme tu veux. Ils se dessinent, se remodelent parfois en cours de route. Je ne les connais pas encore tous, car les expériences et les rencontres que la vie m'offre m'ouvrent sans cesse de nouvelles perspectives.

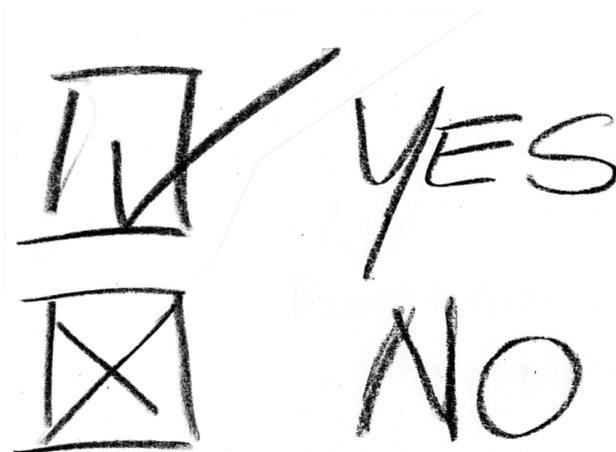
Je crois fermement en la puissance créatrice et mobilisatrice du souhait profond et intime.

Je ne crois pas en la contrainte traditionnelle, presque obligatoire et souvent politiquement correcte de la résolution.

Et toi ? Qu'en penses-tu ? Suis-je selon toi une douce dingue rêveuse ? Ou crois-tu toi aussi en la force de l'envie profonde ?

Les bonnes résolutions, oui ou non?

Par Adelin, du blog [Habitudes de réussite](#)



Une année se termine, une autre commence, avec cela le même rituel. Celui de prendre de bonnes résolutions. Avant de choisir les vôtres, laissez-moi vous poser une question : **les bonnes résolutions, oui ou non?**

C'est également la question que pose Séverine du blog [langonaute.com](#). En effet, à l'occasion de son événement inter-blogueurs « **Les bonnes résolutions, oui ou non?** », j'ai choisi d'y apporter ma réponse à travers ce présent article. À travers son blog, elle vous invite à explorer le monde des langues en vous partageant ses astuces et son expérience. Étant passionné de musique, je vous encourage à aller découvrir son article « [5 sites pour pratiquer l'anglais avec des chansons connues](#) ».

Dans un précédent article intitulé « [3 astuces pour atteindre vos résolutions](#) », La question de savoir s'il fallait en prendre ou pas ne se posait pas. **Aujourd'hui**, qu'en est-il réellement?

OUI AUX BONNES RÉOLUTIONS

Je dis oui aux bonnes résolutions, car il est important d'avoir des buts dans la vie. Relever de **nouveaux défis**, quels qu'ils soient, tenter de se dépasser et de s'améliorer, caractérise ce qui nous **différencie** en partie des autres espèces vivantes sur terre. Les bonnes résolutions sont également un moyen de **garder espoir**, de se projeter vers l'avenir et appréhender la nouvelle



année de manière **positive**.

NON AUX BONNES RÉOLUTIONS



Je dis non aux bonnes résolutions... **En fin d'année**. C'est une bien mauvaise habitude que d'attendre la fin de l'année pour prendre de bonnes résolutions. La raison la plus évidente est le temps qui passe entre deux années. Attendre le dernier jour de l'année pour décider d'adopter une bonne attitude est une grande **perte de temps**.

RATIONNEL OU IRRATIONNEL ?

En Marketing, et plus particulièrement en publicité, il est connu que les consommateurs sont **irrationnels** et que leurs choix d'achat sont dictés par **leurs émotions**. Les agences de pubs utilisent donc les moyens appropriés pour **influencer l'acte d'achat**.

Pour moi, cela n'est pas très différent lorsqu'on prend nos résolutions. **L'euphorie des fêtes** de fin d'année influe grandement sur nos émotions.

De plus, la prise de bonnes résolutions en fin d'année est davantage de l'ordre de **la tradition** que d'un choix délibéré, personnel et mûrement réfléchi. Cela explique, selon moi, pourquoi en fin d'année nous sommes si nombreux à ne pas atteindre celles de l'année précédente.

À CONSOMMER AVEC MODÉRATION

En résumé, faut-il prendre de bonnes résolutions ou pas ? Ma réponse est... **oui évidemment!**

Alors pourquoi tout ce bla-bla si au final il faut en prendre ? Le but de mon article n'est pas d'encenser ou de diaboliser cette pratique. Il vise surtout à **mettre en garde** contre sa mauvaise utilisation. Le faire, car l'année se termine et que la tradition le veut bien n'a pas de sens.

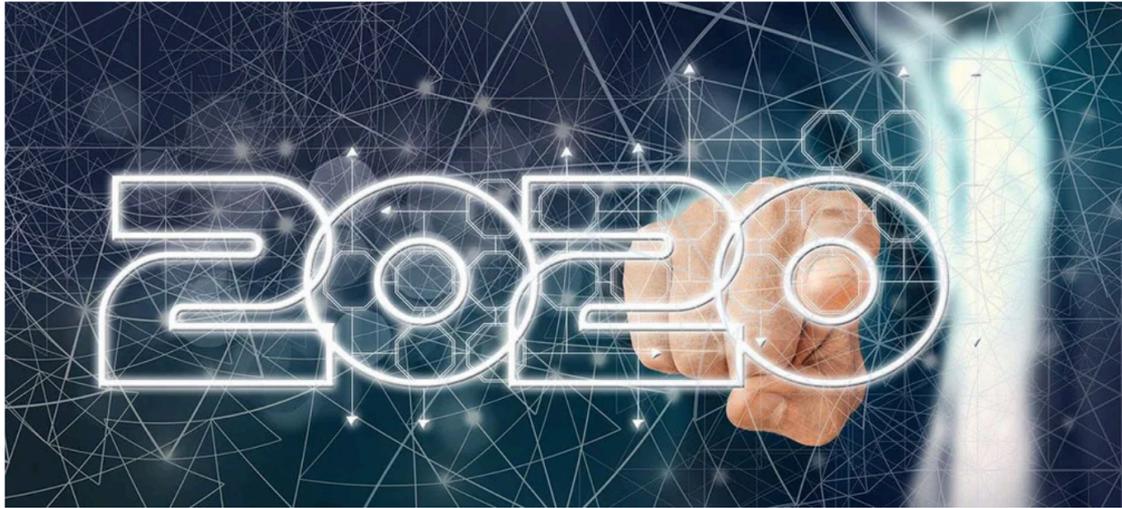
OUBLIEZ LA FIN DE L'ANNÉE

Les bonnes résolutions c'est **toute l'année** qu'il faut en prendre. Attendre 365 jours avant d'en prendre de nouvelles... **mauvaise idée**. Enfin, agissez le plus vite possible dès que vous les avez choisies, attendre ne ferait qu'augmenter les chances de ne jamais atteindre vos résolutions.

Je lutte moi même contre ce piège et je sais à quel point cela peut être difficile. L'envie de **procrastiner** n'est jamais loin. Si vous échouez, ce n'est pas grave, recommencer jusqu'à y arriver. **La résilience** constitue un point important dans la réussite.

Les bonnes résolutions...

Par Thomas, du blog [Argentique 2.0](#)



On y est, c'est la période de l'année où l'on se donne de la motivation, des objectifs et surtout, on prend de bonnes résolutions! Mais est-ce vraiment nécessaire? Je veux dire par là que les bonnes résolutions devraient se prendre tout le temps, pas forcément entre le 1er et le 15 janvier... Alors pourquoi "s'encombrer" dès le début de l'année?

Cet article participe à l'événement inter-blogueurs "les bonnes résolutions, oui ou non?" du blog [Langonaute](#). Ce blog offre des astuces pour mieux apprendre tout en invitant les lecteurs à une exploration du monde merveilleux des langues. D'ailleurs je vous suggère l'article suivant pour vous mettre à l'anglais, cela m'a tellement ouvert de portes en photo de pouvoir parler anglais, c'est incroyable! [Pourquoi parler anglais?](#)

En attendant que vous parliez anglais, j'ai créé ce blog en français pour partager avec vous sur le monde merveilleux de l'argentique, mais sachez que les ressources en anglais sont incroyablement nombreuses! L'argentique revient, c'est sûr!

EN 2020

Houlala, déjà 2020, c'est fou comme le temps défile... Et d'ailleurs, en parlant de temps qui défile, que s'est-il passé en 2019 et quelles étaient mes résolutions? En 2019, je venais juste de rentrer du Japon et j'avais la ferme intention de m'installer à Bristol... Raz-le-bol des déménagements, je voulais un "chez moi" fixe et faire de la photo comme un petit fou!

Perdu, pour la partie où l'on devait s'installer à Bristol, mais je me suis bien fait plaisir en photo en 2019! Après avoir bien profité de Bristol pendant quelques mois, j'ai re-déménagé en France en Novembre et toujours pas de plan pour avoir un logement fixe.

Par contre, la photographie a pris maintenant une place beaucoup plus importante dans ma vie! D'abord ce blog tout neuf mais aussi en travail à plein temps Je peux maintenant faire autant de photos que je veux!

LES BONNES RÉOLUTIONS

Ok, mais qu'est-ce que ça veut dire? Je trouve assez difficile de ne pas confondre résolutions et projets, alors j'ai eu recours à l'aide de [Wikipédia](#) et c'était bien intéressant!

Au départ, je pensais faire une liste de résolutions qui aurait ressemblé à ça:

- Essayer plus de pellicules
- Essayer plus d'appareils photo
- Faire plus de reportages photo

Mais en fait, ce ne sont pas vraiment des résolutions. Pour Wikipédia, les résolutions consistent à prendre un ou plusieurs engagements envers soi-même, donc cela devrait ressembler plutôt à ça:

1. Améliorer mon bien-être physique... J'y travaille plus ou moins toute l'année, donc pas vraiment une bonne résolution pour 2020.
2. Améliorer mon bien-être mental... Surtout pas, en tant qu'artiste, je me dois d'être déprimé!
3. Améliorer mes finances... Arrêter la photo?
4. Améliorer mon engagement social... C'est sûrement là qu'il y aurait le plus de choses à faire en ce qui me concerne. Aider les autres et partager au travers du blog mais c'était déjà prévu. Ce n'est pas vraiment une bonne résolution spécifique pour 2020.
5. Faire un voyage! D'accord Je ne sais pas encore où mais c'est prévu! Par contre, ce n'est encore pas du tout spécifique à 2020.

Du coup, pas de bonnes résolutions ne seront prises spécifiquement pour 2020... Toutes les bonnes résolutions que j'avais en tête étaient déjà en cours d'application avant de rentrer dans cette nouvelle année.

Merci quand même à Wikipédia car il y avait dans la page une phrase bien spécifique qui m'a particulièrement interpellé: **“La volonté est une ressource mentale extrêmement limitée qui se travaille progressivement comme la musculation”**.

Ayant une foule de projets ambitieux pour 2020!!! Il va me falloir une volonté sur-entraînée. Donc pour suivre la recommandation de Wikipédia, je vais essayer de gérer ces projets de façon plus intelligente un peu comme un programme sportif pour ma volonté!

MES PROJETS POUR 2020

- Développer le blog pour le rendre utile à toutes les personnes qui font de l'argentique ou qui veulent essayer.
- Développer une chaîne youtube pour avoir une interaction un peu plus vivante avec vous.
- Prendre encore plus de photos et surtout essayer un maximum de nouvelles choses.
- Rencontrer et travailler avec des personnes que j'admire.

Intentionnellement je ne mets pas trop de détails dans ces projets car je ne veux simplement pas mettre la charrue avant les boeufs mais je ne manquerai pas de résumer tout ça fin 2020!

Ces projets sont bien sûr en compléments des défis déjà lancés pour le blog, [cliquez ici pour les revoir](#).

En attendant, je vous souhaite à toutes et à tous une excellente année 2020 avec tous mes voeux de bonheur et de réussite!!! All the best comme on dit en anglais

Nouvel an nouveau départ - faut il prendre de bonnes résolutions?

Par Séverine du blog [Langonaute](#) - article bonus



Comme promis je vous propose d'aborder la question épineuse des bonnes résolutions de la nouvelle année. Et pour nous, ce sera du point de vue des langues - tout en étant applicable à tout!

Ce fut de tous temps un **sujet classique de discussions en janvier**. Peut-être tend-il à disparaître, ou peut-être sommes nous tellement bombardés d'informations quotidiennement qu'il se noie dans la masse. Toujours est-il qu'il n'a pas totalement disparu et que la nouvelle année reste le moment habituel pour se remettre en question et envisager des changements.

Personnellement, j'y reste sensible et pourtant j'ai du mal à trouver des idées, et à m'y tenir! Voici donc **quelques axes de réflexion, et mes astuces pour y arriver**.

A QUOI BON PRENDRE DES RÉOLUTIONS?

C'est surtout cette période de changement, l'impression d'**un renouveau qui pousse naturellement à la réflexion**.

Qu'ai-je accompli cette année? Comment pourrais-je vivre mieux? Comment être plus satisfait quand viendra l'heure du bilan dans un an? Est-ce que je peux être une meilleure personne? Comment?

Les questions que l'on peut se poser quand vient l'heure du bilan et du planning des 12 mois à venir ne manquent pas. Et peut-être est-ce justement là le véritable bénéfice des bonnes résolutions!

La question n'est pas tellement de s'imposer un changement, mais plutôt de se remettre en question. Ce qu'on a accompli, où on a échoué, pourquoi,

comment on s'est comporté avec les autres, qu'est-ce qu'on ferait différemment, comment être plus satisfait de nous même...

Ainsi, en prenant de bonnes résolutions nous commençons l'année avec une idée en tête, une volonté plus ou moins grande de changer quelque chose.

Mais peut-être aussi finalement **un boulet qu'on va se trainer toute l'année!**

Petit exemple

Vous avez eu l'opportunité de voyager à l'étranger et vous avez dû compter sur votre conjoint qui parle anglais pour toutes les interactions pendant votre voyage. Vous avez probablement trouvé ça pesant et vous vous êtes dit que ce serait quand même plus sympa si vous pouviez vous exprimer par vous-même plutôt que remettre toute la tâche à votre conjoint.

Pourtant, une fois rentrés, rien ne change.

Arrive maintenant l'heure de 'choisir' des bonnes résolutions pour bien commencer la nouvelle année. Soit parce-que vous êtes dans cette approche, soit parce que tout le monde vous demande si vous en avez pris. L'anglais revient sur le tapis. Ce serait bien de pouvoir se débrouiller en anglais. *"Cette année, je vais apprendre l'anglais."*

Et c'est tout. Peut-être un livre acheté ou une application téléchargée, mais difficile de s'y tenir.

Passé janvier, que reste t-il?

Personnellement, je trouve ça pire de prendre une résolution et de réaliser qu'on n'en a rien fait, que de ne pas en prendre. C'est presque planifier une déception en fait!

Cette coutume que l'on s'impose de prendre des décisions ici et maintenant pour l'année à venir est-elle vraiment bénéfique? Y a t-il de meilleures conditions pour plus de succès?

ET SI CE N'ÉTAIT PAS LA BONNE APPROCHE?

Loin de moi l'idée de bannir complètement le traditionnel bilan de janvier!

C'est une **excellente démarche** de se remettre en question et de penser à introduire quelques changements. Au delà de l'envie d'améliorer quelque chose, c'est surtout le fait de sortir un peu de la routine et s'assurer que les années passent mais ne se ressemblent pas, qui donne **un nouveau boost en début d'année.**

Pourtant lorsqu'il s'agit de changer quelque chose à notre quotidien, notre comportement, ou même acquérir des connaissances supplémentaires, c'est souvent bien plus difficile qu'on ne le croit. Après tout, **si c'était facile, on l'aurait déjà fait!**

Un autre problème, c'est que la résolution n'engage que nous. Certes elle peut affecter notre entourage mais dans le fond, c'est une décision personnelle. Elle est issue de notre propre analyse, de notre point de vue.

Quand on prend une résolution, ce n'est pas imposé par qui que ce soit. Résultat: pas de risque à laisser tomber, on ne déçoit que nous-même, et avec quelques excuses, notre ego s'en remet plutôt bien.

Petit exemple - nouveau scénario

Revenons à l'exemple simple et classique de l'anglais.

Que se passe t-il si dès votre retour vous faites les démarches pour apprendre l'anglais? Vous cherchez une formule qui vous correspond selon votre quotidien, vos besoins, et votre situation géographique.

1. La motivation est là, avec une raison toute fraîche.
2. Vous vous plongez dans votre cours et vous progressez rapidement grâce à la motivation
3. Quand arrive la baisse de régime, les progrès accomplis sont là pour vous remotiver
4. Vous progressez, parfois vite, parfois lentement; par paliers, mais vous y arrivez

BONNES RÉOLUTIONS: LES ASTUCES

La question se pose donc de **bien choisir sa résolution** et de s'y tenir.

- Identifier le besoin: **Un manque = un changement à mettre en place**
Si ça ne manque pas, vous allez vraiment avoir du mal à vous motiver quand ça deviendra difficile

- **N'attendez pas** Janvier, le mois prochain, l'été, la rentrée... la motivation vous manquerait très (trop) vite. **Commencez tout de suite**, tant que la raison du changement est là.

Introduire un changement dans notre vie n'est pas une mince affaire et le retour à la routine nous guette à chaque instant. Rien de tel que de profiter de la vague de motivation du début pour progresser rapidement.

Quand vous aurez un peu plus de mal, le chemin déjà accompli sera un bon moyen de vous remotiver. **Si vous remettez à plus tard, vous n'aurez pas d'accomplissement pour vous aider à continuer** et ce sera d'autant plus difficile de s'y mettre.

- **Imaginez** le résultat pour vous projeter dans l'avenir.

Il est tellement plus facile de rester motivé quand on a en tête une image de ce que l'on veut accomplir!

Enfin, quand il s'agit d'apprendre une nouvelle langue, je vous conseille de lire, ou relire, l'ebook "[4 étapes essentielles pour réussir votre apprentissage d'une langue étrangère](#)".

Vous y trouverez les éléments essentiels pour bien commencer votre apprentissage et rester motivé!

Une bonne résolution, c'est un développement personnel, pas un projet avec une date de fin ou un objectif pour les autres. C'est quelque chose de durable que vous faites pour vous.

ALORS LES BONNES RÉOLUTIONS, OUI OU NON?

Oui oui, mille fois oui!!!

Mais **dès que vous y pensez**. Que ce soit le 5 mai ou le 27 novembre qu'importe, c'est maintenant! Pas le mois prochain, pas cet été, TOUT DE SUITE!