



***L'Ecole de l'Intuition***  
***Mon carnet de bord***  
***2026***

**Ce carnet appartient à :**



## *Mode d'emploi*

Voici comment remplir ton carnet de bord 📖

Evènements du mois : Tu peux ajouter ici les évènements marquants du mois et ton humeur générale durant ce mois.

Affirmations du mois : Il s'agit d'affirmations à répéter si tu le souhaites pendant tes méditations et/ou des moments de calme.

Mes contacts avec l'invisible : Tu peux noter ici toutes tes perceptions du mois pour ne pas les oublier 😊.

Mon journal de gratitude : "Je suis reconnaissante ce mois-ci pour..."



# *Janvier*

## Evènements du mois

## Affirmations du mois :

- "La lumière est en moi." (visualiser le centre de la poitrine).
- "Je m'ouvre à mon Intuition".

## Mes contacts avec l'invisible :

## Mon journal de gratitude :



# Atelier pratique - Je prends des notes



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



# *Live guidance - Je prends des notes*



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---