



# Carte Mémor

Notez vos premières expériences **Eat that Frog**

- Identifiez votre crapaud du jour : eg. votre tâche la plus difficile, la plus importante à accomplir de la journée. Attention Juste un !

Ecrivez-le

ici : .....

.....

- Mangez-le ! Et surtout, mangez-le, le matin à la première heure. Interdisez-vous la possibilité de le reporter à plus tard. (à cocher seulement quand c'est fait)

- Recommencez chaque matin avec un nouveau crapaud.

Combien de fois l'avez-vous fait ? .....



@katiagrivot