ADOLESCENTS · ADULTES

Aujourd’hui : l’essentiel et la marge

Vous pouvez remplir une seule zone. Cette feuille n’a pas besoin d’être complète pour vous servir.

Mon engagement fixe

Ce qui a une heure ou une échéance aujourd’hui.

Ma priorité choisie

Ce que j’aimerais faire avancer, si c’est possible.

Ce qui peut attendre

Ce que je décide de reporter, de déléguer ou de laisser de côté.

Ma marge ou mon aide

Ce qui pourrait me laisser un peu de place.

Si la journée change, cette feuille peut changer aussi. Les quatre zones sont un choix de présentation, pas une prescription.

À savoir · Une proposition d’organisation courante, sans validation propre. Ni programme à tenir ni norme de productivité.

Ces fiches sont des aides pratiques. Elles ne permettent pas de poser un diagnostic, ne constituent pas un traitement et ne garantissent pas une amélioration. Les décisions de soins se prennent avec les professionnels de santé.

Repères de conception (pas une validation de cette fiche) :
NICE NG87 · nice.org.uk/guidance/ng87