

Conférences et Séminaires

Guy Plante inc. vous présente son bulletin

Guide et Partenaire de vos Succès

RÉSOLUTIONS OU ENGAGEMENTS

C'est bien connu, la venue d'une nouvelle année est le temps propice à l'élaboration de nouvelles résolutions.

Année après année, une très grande majorité de personnes se font des promesses. Par exemple, à partir du 1er janvier l'arrêt de fumer. Pour la plupart, ça fait peut-être 10 ans qu'ils cessent de fumer à chaque 1er janvier.

Pour d'autres, c'est la résolution de faire de l'exercice. Donc cette année, à partir du 1er janvier, ils iront au gym. C'est bien connu, les centres de conditionnement physique connaissent tous une montée en flèche des abonnements à chaque début d'année. Mais, trois ou quatre mois plus tard, les centres sont peu à peu délaissés.

Combien d'entre vous prenez également la résolution de perdre du poids chaque 1er janvier? Au fait, regardons quelle est la définition du mot « Résolution » selon Le Petit Robert : « Décision volontaire, décider de ».

Vous connaissez peut-être l'histoire des deux oiseaux perchés sur une branche. À un certain moment, l'un d'eux prend la décision de partir. Combien restera-t-il alors d'oiseaux sur la branche? Il en restera toujours deux. Vous savez pourquoi? Notre petit oiseau avait seulement pris la décision de partir; il n'a jamais passé à l'action. Il avait donc pris la résolution de partir.

Avec la venue de la nouvelle année, pourquoi ne pas changer ces vieilles habitudes, et au lieu de prendre différentes résolutions, prenez donc des engagements.

Voici la définition du mot engagement : « Action de lier par une promesse ou un contrat ».

Ça fait toute une différence. Ces engagements sont nos objectifs, c'est le temps idéal pour fixer vos objectifs pour l'année. Nous devrions tous avoir des objectifs écrits pour différentes facettes de notre vie. La santé, le développement personnel, la famille, la carrière, les finances et l'aspect social.

Il est primordial que vos objectifs soient écrits, c'est en quelque sorte un contrat avec vous-même. C'est un engagement.

C'est malheureux de savoir que seulement 3 % des gens ont des objectifs écrits alors que des études démontrent clairement que ces personnes réussissent majoritairement mieux dans la vie que l'ensemble des autres.

Pas besoin de grande formule pour élaborer vos objectifs, assurez-vous simplement qu'ils soient

- SMART
- Spécifique
- Mesurable
- Accessible
- Réaliste
- Empoigné (avec une date)

Débutez votre énoncé par les mots « Je vais » suivis du verbe être, avoir ou faire. Tenez-vous-en à deux phrases maximums. Pas besoin d'une page pour définir vos objectifs, gardez les choses simples. Plus vous compliquez les choses, plus le risque d'abandon sera élevé. À la suite de votre objectif, indiquez ce que la réalisation de celui-ci vous apportera.

Assurez-vous maintenant d'avoir vos objectifs à la vue le plus souvent possible. Plus vous les lirez, plus de chances vous aurez de les réaliser. N'oubliez pas de vous récompenser lorsque votre objectif est atteint, vous le méritez bien.

Enfin à déjà défini la folie comme ceci : Faire les mêmes choses, jour après jour, mois après mois, année après année et s'attendre à des résultats différents.

Alors, c'est maintenant à vous de choisir, résolutions ou engagements pour 2008.

Je vous souhaite une merveilleuse année 2008. Bon succès à tous.

Guy Plante

Conférencier, formateur et coach pour travailleurs autonomes et petites entreprises. Augmentez vos chances de succès, Abonnez-vous gratuitement au bulletin.

Guide et Partenaire de vos Succès

en accédant au www.guyplante.com
819 847-2417 / 1 866 257-7787



L'école Montessori ouvre son niveau primaire

> Vincent Cliche
vincent.cliche@transcontinental.ca

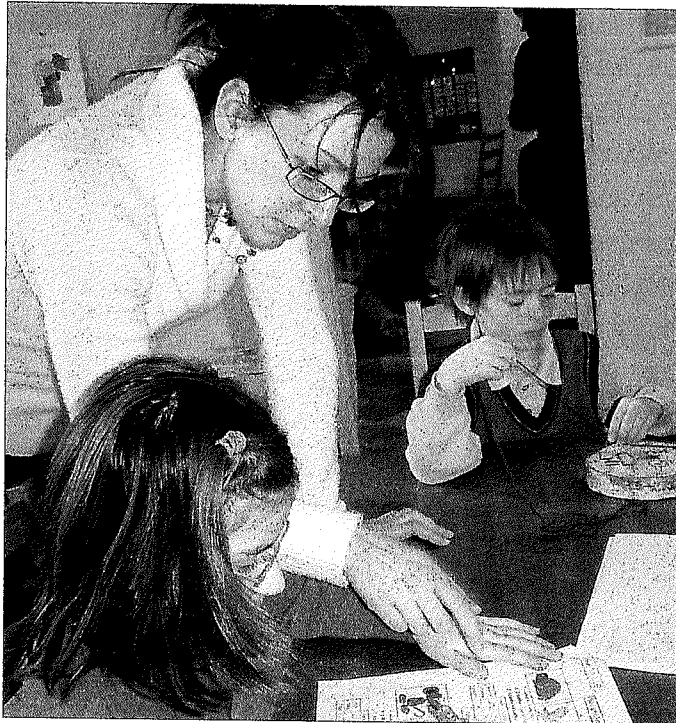
Après des discussions qui ont duré un peu plus d'un an avec les fonctionnaires du ministère de l'Éducation, l'école Montessori Memphrémagog ouvre son niveau primaire.

Les 23 premiers élèves ont fait leur entrée dans les nouveaux locaux de l'école de la rue Tupper, à Magog, au début de la présente année scolaire. L'institution privée avait essuyé un refus de la part du ministère un peu plus tôt en 2007. «Les fonctionnaires ne nous croyaient pas capables de transformer cet ancien garage en salles de classe convenables», mentionne l'une des fondatrices de l'école à Magog, Sylvie des Rosiers.

Le député d'Orford, Pierre Reid, a aidé l'ouverture du niveau primaire en redemandant une visite des fonctionnaires plus tard au cours de l'année. «Habituellement, ils font ça qu'une fois par année, mais j'ai fait pression sur la ministre de l'Éducation pour qu'ils reviennent étant donné le travail qui avait été fait», note-t-il.

En attente de financement

Même si l'école Montessori Memphrémagog a ouvert son niveau primaire en août dernier, les dirigeants attendent toujours d'être sur la liste des établissements scolaires financés par l'État. On le veut pour assurer une certaine accessibilité, mentionne Mme des Rosiers. On désire viser l'ensemble de la population. «Présentement, il en coûte 5000 \$ pour envoyer un enfant à l'école Montessori Memphrémagog. Le financement du ministère concerné ferait descendre ce coût à



L'enseignante Mélissa Fournier montre des exercices aux élèves Janie Potvin et Alexis Gagnon.

(photo: Vincent Cliche)

CLUB DANSE COUNTRY

Manon Lévesque
Les Pionniers de la danse
"New Country" en Estrie!

Daniel Lapage
Cours de danse
New Country

SALLE DE L'ÉCOLE SAINT-PIE X

Tous les mardis et jeudis soir

LES MARDIS	LES JEUDIS
19 h : 2 ^e session	19 h : DÉBUTANT
20 h : 4 ^e session	20 h : début 3 ^e session + nouv. hiver 08

DÉBUT : LE 8 JANVIER 2008 DÉBUT : LE 10 JANVIER 2008

Information: 819 565-7072
www.clubdanscountry.com

CINÉMA MAGOG

12 PRINCIPALE EST • MAGOG
CINÉMA-MAGOG, Q.C. CA
INFO: 868-1092

Joyeuses Fêtes à tous!

SEMAINE DU 28 DÉC. 2007 AU 3 JAN. 2008

IL ÉTAIT UNE FOIS (G)
Tous les jours (sauf le 31 déc.):
13:00 - 15:10 - 19:00 - 21:10
Lundi 31 déc.: 13:00 - 15:10 - 19:00

JE SUIS UNE LÉGENDE (13+V+HARR)
Tous les jours (sauf le 31 déc.):
13:00 - 15:15 - 19:00 - 21:15
Lundi 31 déc.: 13:00 - 15:15 - 19:00

LA CROISÉE DES MONDES (GDJE)
Tous les jours:
13:00 - 15:20 - 19:00

L'ÂGE DES TÉNÉBRES (13+)
Tous les jours (sauf le 31 déc.): 21-20

2700 \$. Le député Pierre Reid explique qu'il y a une règle informelle qui n'autorise pas le financement d'une école privée lors de sa première année. «Après, le ministère juge s'il y a un véritable besoin pour accorder le financement», précise-t-il.

Une approche différente

Sylvie des Rosiers explique l'approche différente utilisée pour enseigner les différentes matières. «On sait que les enfants apprennent à différentes vitesses et notre façon de faire respecte ce temps», rappelle l'éducatrice en précisant que les cours suivent aussi les lignes du ministère de l'Éducation.

L'école offre aussi la possibilité de s'initier au violon et au karaté. L'an prochain, des cours de danse seront offerts. Dès la première année, les enfants sont formés avec des leçons de géographie et d'histoire.

Une activité «portes ouvertes» est prévue le 12 janvier à 10 h.

Jessie RESTAURANT

Spéciaux pour vos partys de bureau...
Venez vous divertir !!

super party

31 décembre

* Souper
* Humoriste (Michel Lafrance)
* Groupe sur place «Lost in Sound»
* Réservez-tôt

ENTRÉE GRATUITE

Sur réservation
819 868-3857
301, rue Principale Ouest, Magog

Initiation Vinyasa Yoga avec Leslie Messara

PORTES OUVERTES
Mardi 8 janvier 2008 à 17 h

Essayez gratuitement un cours et obtenez des rabais sur abonnement

Session d'hiver
du 15 janvier au 1^{er} avril 2008 les mardis à 17 h
10, chemin de la P-Page, Canton Magog
Inscription 819 843-5240