



De L'Abandon à la Réussite !

Comment ne plus lâcher prise... et réussir avec brio ce que vous commencez !

Les Ressources :

Une application web pour créer vos chaînes de la réussite (cf. Chapitre 3) :

- Chains.cc : <https://chains.cc/>

Les applications pour planifier vos temps d'activité et de pause (cf. Chapitre 6) :

- Windows & Linux - WorkRave : <http://www.workrave.org>
- Mac, iPad & iPhone - Time Out : <http://www.dejal.com/timeout/>

Les extensions pour ne plus perdre votre temps sur Internet (cf. Chapitre 6) :

- Chrome - Waste No Time : <https://chrome.google.com/webstore/detail/wastenotime/enebomhlllfaccbelnjhfgblnalofhch>
- Safari - Waste No Time : <http://www.bumblebeesystems.com/wastenotime/>
- Firefox - LeechBlock : <https://addons.mozilla.org/en-us/firefox/addon/leechblock/>

Les ressources supplémentaires :

Le livre numérique *Reconquérir Sa Vie* de Jean-Philippe Touzeau : <http://b11.fr/scanneur>

Pour comprendre ce qu'est un scanneur et connaître les méthodes pour mieux gérer votre "scannitude" (cf. chapitre 8).

Ma méthode *Objectif Lune* : <http://formations.nicolaspene.fr/objectif?code=vipNP>

Pour devenir un maître dans la réalisation de vos objectifs !

N.B. : pour vous remercier d'avoir choisi cette formation, je vous offre 10,00 € sur Objectif Lune. Le lien ci-dessus vous permettra d'accéder à cette offre spéciale.