



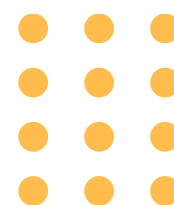
"CASSER LES CODES.  
ENTREPRENDRE AUTREMENT"

**ENTREPRENEURS MULTI-IDÉES/SLASHEURS**

**5 LEVIERS POUR  
RESTER DEBOUT  
QUAND TOUT POURRAIT  
VOUS DÉSÉQUILIBRER**



# 1 ILS ARRÊTENT DE TOUT FAIRE PARFAITEMENT.

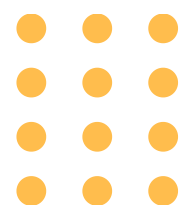
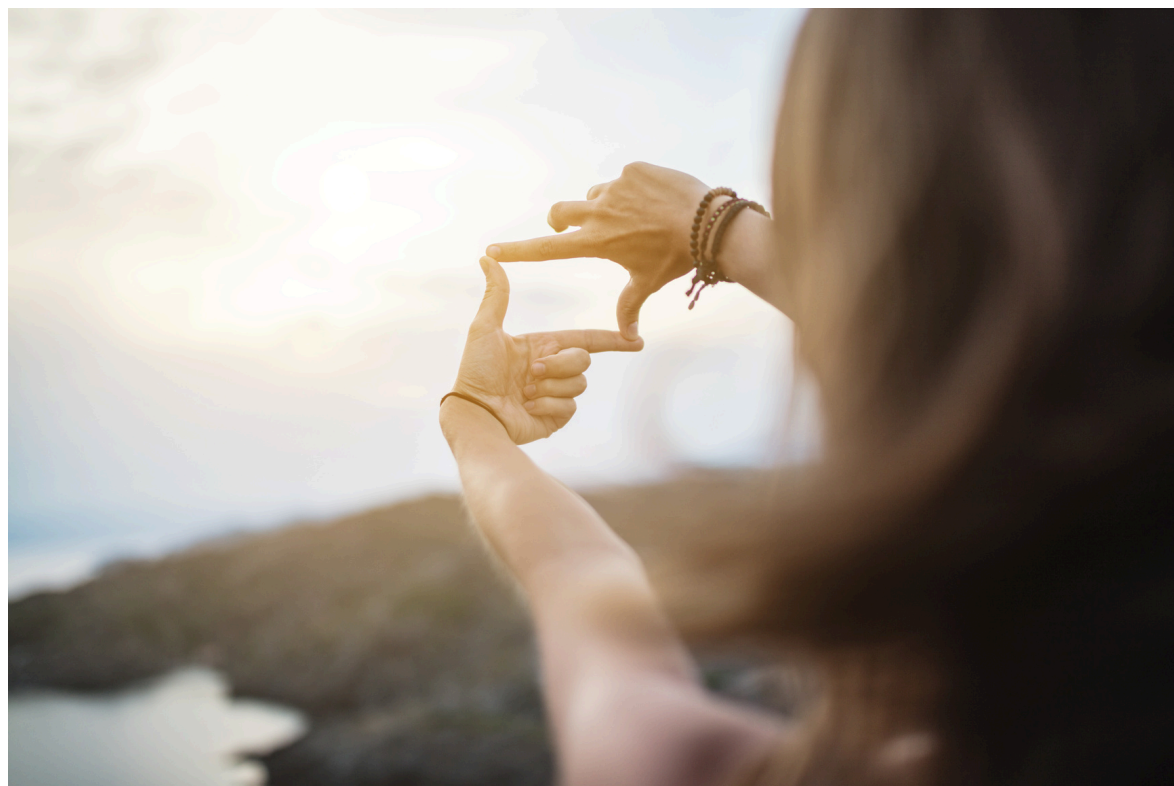


L'obsession du "bien faire" est remplacée par le "faire ce qui compte vraiment".

Parce qu'à vouloir tout faire parfaitement, on finit par négliger l'essentiel et cramer pour des détails qui ne bougeront jamais la courbe



"CASSER LES CODES.  
ENTREPRENDRE AUTREMENT"



## 2 ILS PROTÈGENT LEUR FOCUS COMME UN ACTIF STRATÉGIQUE.

**Pas de notifications. Pas de réunions inutiles. Pas de dispersion. Pas de priorités mal mesurées.**

Parce que chaque interruption coûte en clarté, en énergie mentale et en qualité de décision, et à force de morceler son attention, on perd le cap.

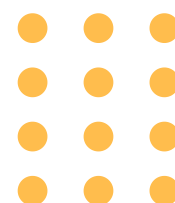
Parce que des priorités non mesurées sont souvent les mauvaises.

“CASSER LES CODES.  
ENTREPRENDRE AUTREMENT”

## 3 ILS PARLENT VRAI.

**Avec leurs proches. Leur boss. Leur associé. Parce qu'un agenda invisible est un piège.**

Parce que ce qu'on ne dit pas s'accumule, et à force de vouloir tout porter en silence, on finit par exploser sous le poids de ce que personne ne voit.



“CASSER LES CODES.  
ENTREPRENDRE AUTREMENT”

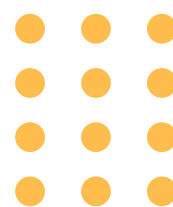


## 4 ILS POSENT DES MURS MENTAUX ENTRE LEURS VIES.

**Ce qui est pro reste pro. Ce qui est perso est sacré.**

● ● ●  
● ● ●  
● ● ●  
● ● ●  
**Pas de mélanges toxiques.**

Parce qu'à force de laisser le pro déborder sur le perso, on brouille les repères, on épuise ses relations... et on finit par ne plus savoir où recharger.



# 5 ILS ONT UNE HYGIÈNE MENTALE.

**Respiration. Cohérence cardiaque, Écriture. Sport. Coaching, Méditation, Yoga....**

Peu importe. Mais ils n'attendent pas de craquer pour se recentrer.

Parce qu'ils ont compris que s'occuper de leur mental, ce n'est pas du luxe... c'est du carburant pour durer.





“CASSER LES CODES.  
ENTREPRENDRE AUTREMENT”

**CUMULER OU AVOIR MILLE  
IDÉES N'EST PAS UN PROBLÈME.**

**CUMULER  
SANS STRUCTURE,  
SANS CLARTÉ,  
SANS SAS DE RÉCUPÉRATION,  
C'EST SE CRASHER À COUP SÛR.**

