🗒️ Fiche explicative – Plan d'action 72h

🎯 Objectif de l'outil

Le Plan d'action 72h vous aide à avancer rapidement vers un objectif précis en vous concentrant sur un petit nombre d'actions réalisables en 3 jours. Il permet de passer à l'action sans procrastiner et de mesurer rapidement les progrès.

⏳ Quand l'utiliser ?

• Quand vous voulez obtenir un résultat concret rapidement.
• Pour démarrer un projet ou relancer une initiative en pause.
• En période de surcharge pour vous concentrer sur l'essentiel.
• Lors de la préparation d'une échéance proche.

🛠️ Comment l'utiliser ?

1. Définissez un objectif clair et mesurable.
2. Identifiez 3 actions maximum à réaliser dans les 72 prochaines heures.
3. Répartissez ces actions sur 3 jours dans le tableau.
4. Chaque jour, cochez ou notez l'avancement des actions.
5. En fin de période, évaluez les résultats et ajustez la suite.

💡 Astuces & erreurs à éviter

✔ Choisissez un objectif atteignable en 3 jours.
✔ Priorisez les actions à fort impact.
✖ Ne surchargez pas chaque journée.
✖ Évitez les objectifs flous ou vagues.

🚀 Bénéfices rapides

• Progression visible en peu de temps.
• Motivation renforcée.
• Clarification des priorités.
• Habitude d'agir rapidement.

📥 Lien vers l'outil

Téléchargez le plan modifiable et commencez votre prochain objectif dès aujourd'hui.