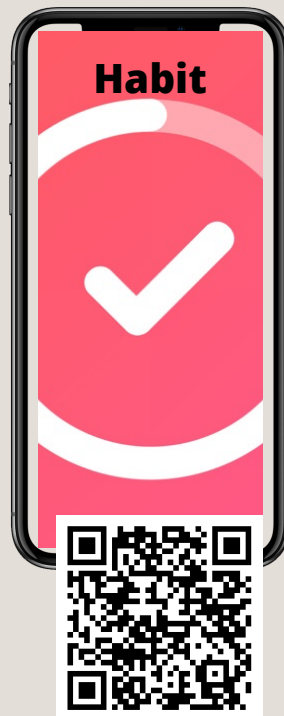
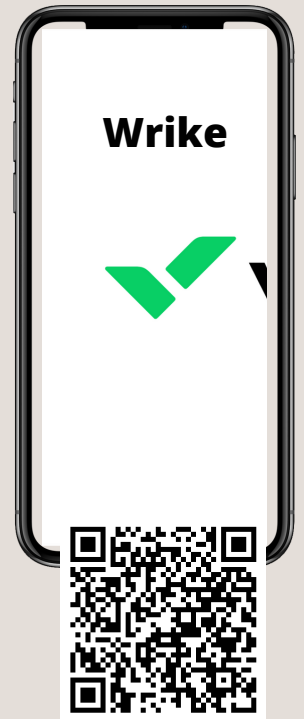


Les meilleures applications **gratuites** pour **s'organiser** :
Pomodoro, focus, atteinte d'objectifs
J'ai testé, je vous transmets



Focus to do : une application qui permet de rester focus tout en faisant des pauses de 5 min toutes les 25 min

Daily bean : une application qui vous permet de faire le point sur votre journée : émotions, santé, évènements spéciaux, passe-temps, repas...

Wrike : cette application permet d'inscrire ses objectifs à long terme et de suivre leurs avancées

Coach.me : une application qui permet de se créer une nouvelle habitude et de s'y tenir durant au minimum 21 jours

Habit : une application très intéressante qui permet de noter ses activités quotidiennes. Les activités sont inscrites ce qui permet d'avoir des idées pour se créer une nouvelle routine matinale ou nocturne



www.highlightspirit.fr