



Diagnostic express : A quel niveau est ton organisation?

Ce diagnostic rapide est fait pour t'aider à te situer sur l'échelle du Modèle Évolutif de Productivité (MEP). Réponds spontanément à chaque question, et note la lettre correspondant à ta réponse. On t'expliquera ton résultat à la fin.

ID par Isabelle Depatie

Les questions du diagnostic

1. **Comment gères-tu tes rendez-vous et événements ?**

- A. Tout est dans ma tête ou sur des post-its
- B. J'ai un agenda, mais il est souvent incomplet ou oublié
- C. Je planifie mes semaines à l'avance
- D. Mon agenda est lié à mes objectifs et je l'ajuste stratégiquement
- E. Mon emploi du temps est fluide, prévisible et adaptable à la fois

2. **Tes listes de tâches ressemblent à...**

- A. Des papiers volants ou des rappels mentaux
- B. Une liste papier ou numérique, jamais à jour
- C. Des to-do hebdos/journalières bien planifiées
- D. Des tâches reliées à des projets clairs avec priorités
- E. Une gestion centralisée avec automatisation et révision régulière

Suite des questions du diagnostic

1. **Quand tu penses à tes projets personnels/professionnels...**

- A. Je réagis au jour le jour, j'ai peu de recul
- B. Je sais ce que je veux, mais je reporte souvent
- C. J'ai des objectifs et des blocs pour les avancer
- D. Chaque projet est planifié en étapes
- E. Je priorise en fonction de mes valeurs et je mesure mes progrès

2. **Ton niveau de stress au quotidien ?**

- A. Je suis souvent en panique ou débordée
- B. Je ressens un stress constant en tâchant de tout gérer
- C. J'ai encore des pics, mais j'arrive à anticiper
- D. Mon organisation me protège du stress inutile
- E. J'ai de l'espace mental et de la flexibilité

3. **Retrouver une information importante (document, mémo, lien)...**

- A. C'est la galère totale, je cherche partout
- B. Je finis par la retrouver... après un long moment
- C. J'ai un système, mais pas toujours fiable
- D. J'ai des routines de classement efficaces
- E. Tout est centralisé, accessible, et souvent automatisé

Résultats : Quel est ton niveau actuel ?



Majorité de A : Niveau 1 Initiation réactive

Tu fonctionnes au quotidien, mais ton système ne te soutient pas. Il est temps de structurer un minimum.



Majorité de B : Niveau 2 Organisation basique

Tu as des outils, mais ils ne sont pas intégrés. Il est temps de centraliser et prioriser.



Majorité de C : Niveau 3 Planification structurée

Tu planifies, mais il manque la vision stratégique. Cap sur les projets plus ambitieux !



Majorité de D : Niveau 4 Gestion stratégique

Tu es alignée, mais il est temps de simplifier et de fluidifier encore plus.



Majorité de E : Niveau 5 Maîtrise évolutive

Tu as un système vivant, adaptatif et intelligent. Pense à le revisiter régulièrement.

Et toi, tu es à quel niveau aujourd'hui ? Est-ce que c'est aligné avec la complexité de ta vie actuelle ?

Ce diagnostic est un point de départ. Il ne te colle pas une étiquette : il te propose un chemin. Si tu veux monter d'un niveau, tu sais où commencer.

MODÈLE ÉVOLUTIF DE PRODUCTIVITÉ (MEP)

— Version simplifiée

Votre niveau d'organisation est-il aligné avec vos besoins actuels ?

Tout le monde n'a pas besoin d'être un expert en organisation, et c'est très bien ainsi. Mais à mesure que vos responsabilités, vos aspirations ou vos projets grandissent, il devient essentiel d'ajuster votre niveau d'organisation.

L'organisation n'est pas une contrainte : c'est un outil pour plus de liberté, d'équilibre et de bonheur.

Le Modèle Éolutif de Productivité (MEP) vous guide, étape par étape, vers une organisation qui vous ressemble. Inutile de sauter les étapes : l'idée est d'évoluer selon vos besoins.

Passer du niveau 1 au niveau 5 d'un coup ? Mauvaise idée. Ce serait comme courir un marathon sans entraînement. On s'essouffle, on se démotive, et on abandonne.

Symptômes = Signaux d'évolution

Si vous ressentez plusieurs de ces signaux, c'est peut-être que vous avez besoin de passer au niveau supérieur :

- Stress accru : l'impression de ne jamais être à jour
- Surcharge mentale : trop de choses en tête, mal priorisées
- Fatigue constante : vous manquez de temps pour vous
- Projets en retard : rien n'avance vraiment
- Désalignement : vos actions ne reflètent plus vos vraies priorités
- Sentiment de stagner ou de plafonner

Le mécanisme d'évolution

Observer les symptômes

Reconnaître qu'ils sont normaux, mais pas inévitables

Le MEP repose sur 4 piliers :

Objectifs

Clarté et direction

Savoir

Retrouver les infos au bon moment

Adopter le niveau suivant

En intégrant de nouvelles pratiques adaptées

Optimiser en continu

Au niveau 5, vous améliorez sans cesse, en douceur, avec des outils comme l'IA ou des routines simples

Temps

Planification fluide

Projets

Avancer ce qui compte pour vous

Chaque niveau vous aide à poser une fondation solide, à votre rythme. Et surtout : c'est votre système qui s'adapte à vous, pas l'inverse.

Pour aller plus loin

Si tu veux être guidée pour monter d'un niveau dans ton organisation et retrouver de la clarté, de l'espace mental et du temps pour ce qui compte vraiment, je t'invite à rejoindre la liste d'attente pour ma formation « **Prendre en main son organisation** ».

<https://defi.formationsisabelledepatie.com/atelier/organisation/agenda/>

Tu recevras en priorité les infos pour participer au prochain atelier et découvrir comment mettre en place un système simple, efficace et évolutif.

Parce qu'il est temps que ton organisation travaille **pour toi**, pas contre toi ✨