Le défi : 30 jours, 10 minutes par jour

Une case par jour, à cocher. Les consignes complètes : formation-sketchnote.com, « Le défi 30 jours ».

- [ ] Jour 1 — **Une page de lignes**
- [ ] Jour 2 — **Ronds, carrés, triangles**
- [ ] Jour 3 — **La grille 3 × 4**
- [ ] Jour 4 — **Dix objets autour de vous**
- [ ] Jour 5 — **Cinq pictos, trois fois**
- [ ] Jour 6 — **Dix pictos de mémoire**
- [ ] Jour 7 — **Ce que vous aimez**
- [ ] Jour 8 — **Trois écritures**
- [ ] Jour 9 — **Un mot, dix variations**
- [ ] Jour 10 — **Cadres et bannières**
- [ ] Jour 11 — **Huit connecteurs**
- [ ] Jour 12 — **Dix personnages**
- [ ] Jour 13 — **Neuf visages**
- [ ] Jour 14 — **Votre journée d'hier**
- [ ] Jour 15 — **Les zones d'abord**
- [ ] Jour 16 — **Colonnes : une recette**
- [ ] Jour 17 — **Chemin : votre trajet**
- [ ] Jour 18 — **Radial : votre métier**
- [ ] Jour 19 — **Trois tailles d'écriture**
- [ ] Jour 20 — **L'ombre du même côté**
- [ ] Jour 21 — **Une page complète**
- [ ] Jour 22 — **Trois minutes de direct**
- [ ] Jour 23 — **Cinq minutes de podcast**
- [ ] Jour 24 — **Un chapitre de livre**
- [ ] Jour 25 — **Préparer une réunion**
- [ ] Jour 26 — **Dix minutes de réunion**
- [ ] Jour 27 — **Une conversation**
- [ ] Jour 28 — **Neuf minutes, une d'affinage**
- [ ] Jour 29 — **Refaire le jour 7**
- [ ] Jour 30 — **Le retour en dessin**