



# Coaching de vie pour vous dépasser - Respect et confiance en soi

 Mme PARIS Olivia

## INFORMATIONS

 M2A UP19  
(Salle 01)

 Début le samedi 30 septembre 2023

 DURÉE : 05:00

**PROFILS :** Coach de vie - Révélatrice de la joie de l'Être

**PRE REQUIS :**

Aucun

**MATERIEL :**

Aucun

**CODE ACTIVITÉ :** 8MU281

**Prix :** **50.00 €**

## DESCRIPTION

Proposition sur une journée : Dans un cadre de confiance, de discrétion et d'éthique, il vous est proposé en première partie, un coaching qui porte sur le respect et la confiance en soi.

Comment vous accepter, vous respecter et retrouver confiance en vous ? Par cette compréhension, vous serez motivés à poser un changement dans votre comportement et dans votre vie.

Vous répondrez aux questions que vous vous posez et par cette prise de conscience, il vous sera possible d'évoluer vers du mieux.

La deuxième partie de journée est ludique. Par l'expression libre, sous forme de jeu de rôles, vous serez amenés à improviser dans la joie et l'expérience du lâcher prise. C'est de l'interaction et de la spontanéité autour d'un thème choisi.

Ce qui est mis en place ne demande aucunement une mémoire infallible.

Lors de cette journée d'éveil, la joie est au service de la bonne humeur, car elle est le carburant de la vie, tout simplement.

[www.liberezlessentiel-intuition.fr](http://www.liberezlessentiel-intuition.fr)

facebook : OliviaParis Libérezl'Essentiel



# Coaching de vie pour vous dépasser - Respect et confiance en soi



Mme PARIS Olivia

## OBJECTIFS

Vous ferez une introspection personnelle au travers d'un coaching sur le respect et la confiance en soi. Reconnexion à la joie de vivre qui permet de se dépasser et d'apporter le changement souhaité.

## SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Samedi	30-09-2023	09:30	05:00	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE