

Vous pouvez CHOISIR de vous sentir MIEUX



Vous faites au mieux pour tout gérer ...

Vous avez été ou êtes encore en télétravail, **dans des conditions plus ou moins confortables et néanmoins ... stressantes.**

Vous avez besoin de **lâcher les tensions, retrouver une certaine sérénité....**

Prendre SOIN de SOI est une nécessité !
DYNAMISER votre VITALITÉ
en 5 sessions d'1 heure 30 (en visio ou par téléphone)

Accordez-vous ces petits moments de pause
pour **recharger vos batteries**

Vous contacterez de **nouvelles ressources**, grâce, entre autres, à des pratiques
simples et efficaces.

Peu à peu, vous vous sentirez plus détendu(e), plus vivant(e), plus dynamique,...

Vous poserez un **regard nouveau** sur vous-même et les situations de votre quotidien.

Pour prendre Rendez-vous avec un Coach, appelez

Eva DEPECKER + 33 1 83 81 67 97 ou + 33 6 50 19 18 78 via BOTIM

Yacine BABAAMER (pour les Emirats) + 971 56 213 99 60 ou via BOTIM

contact@iehp-34.com ♦ Siret B377 989 00044 ♦ www.iehp-34.com