



# Gestion du stress et Coaching !

La Clé du Lien

Grâce à un diagnostic préalable gratuit pour identifier la ou les problématiques personnels / scolaires / professionnels, je vous propose des séances de coaching en individuel ou des ateliers collectifs pour vous plonger au cœur de vous-même et comprendre vos besoins essentiels afin de vous libérer définitivement des poids qui pèsent dans votre corps, dans votre cœur ou dans votre mental !

Des séances en présentiel ou à distance (skype ou téléphone) pour enfants, adolescents, adultes

TARIF : de 15 à 45 euros de l'heure (selon âge)  
pack 10/20/30 séances selon besoin

Coaching (en individuel ou petit groupe)  
Atelier du stress au bien-être (en individuel ou petit groupe)

BERNANOSE Anne Laure  
Formatrice-Consultante  
Email : annelaureb2@gmail.com  
Tél : 06.49.32.16.36