

VOS RDC

/ ANNIE
CÉLINE
DANIELLE
MANON
MARYSE
MONIQUE
VALÉRIE /



Isabelle Carrière

Croissance d'entreprise • Formation • Inspiration



**DRING
DRING**

16 MARS 2016
8h00 à 8h30

**UNE PETITE JASSETTE AVEC MOI
ET VOTRE RDC EN APPEL
CONFÉRENCE**

TRUCS / NOUVELLES / MOTIVATION

COMPOSEZ

SANS FRAIS No de conférence
1.855.453.6954 + 5923833#

LOCAL No de conférence
514.736.8048 + 5923833#

Le plaisir de
ralentir
ASTUCE ANTI-STRESS...





ALLONS-NOUS TROP VITE DE SAISON EN SAISON ? TROP VITE DE PROJET EN PROJET ?



Nous voilà déjà avec Mars qui se pointe le bout du nez. Cette saison entre deux où l'hiver et le printemps se croisent. Nous ressortons tout juste du tourbillon du Temps des Fêtes et l'effervescence du printemps nous allume avec le goût des nouvelles idées.

Mais allons-nous trop vite de saison en saison ?
Trop vite de projet en projet ?

La preuve ; rappelez-vous la période des Fêtes. Nous avons été bombardés plus que d'accoutume par les messages publicitaires qui nous incitaient à la consommation en quête du parfait cadeau. Ce moment merveilleux de l'année, pourtant symbolique de paix et de tranquillité, a vite pu se transformer en un cyclone de stress inutile. Bien sûr, nous voulions montrer notre amour et appréciation et faire plaisir en offrant des cadeaux qui plaisent mais parfois à cours d'idées, on se demande si c'est vraiment ce qu'on veut offrir.

Mais dites-moi... Et vous, à quoi ressemblait votre liste de Noël ? Qu'est-ce qui vous aurait fait vraiment plaisir ? Désiriez-vous plus de temps pour prendre mieux soin de vous ? Des moments de qualité en famille ou avec vos amis ? Un petit voyage ? Des livres motivants et inspirants ? Prendre cette classe de yoga pour laquelle vous ne trouvez jamais le temps ?

CE PRINTEMPS, POURQUOI NE PAS CHOISIR D'INVESTIR EN VOUS-MÊME ?

ET SI JE FAISAIS MIEUX... PLUS JUSTE...

C'est aussi un beau cadeau que vous faites à vos proches. Investir en soi-même est vraiment l'un des meilleurs investissements. C'est comme un cadeau perpétuel. Les choses matérielles vont et viennent, nous encomrent et s'accumulent dans nos placards. Par contre, investir en nous-même peut nous apporter des résultats merveilleux dans tous les aspects de votre vie.

Au début de ma carrière de coach, je me suis rendue compte après maintes essais que ce que je désirais le plus au monde c'était de me sentir soutenue et guidée dans mon métier de coach. En investissant en moi-même dans des formations et accompagnements avec des experts de haut calibre fut en rétrospective, le plus bel investissement ou le plus beau "cadeau". J'ai trouvé ma voix en tant que coach mais aussi en tant que femme et plus encore que je n'aurais jamais pu l'imaginer...

Je sais que j'aurai toujours besoin d'un mentor/coach en sport, affaires, alimentation...

Et vous? Que désirez-vous vraiment? Avez-vous le sentiment qu'il vous faut ce petit coup de pouce, ce petit quelque chose de plus pour y voir plus clairement et avancer? Est-ce qu'au bout du compte vous vous rapprochez de vos rêves ?

Et si vous ralentissiez pour faire mieux et plus juste. Peut-être que l'équation amènerait des résultats différents...



QUEL EST LE RÔLE D'UN COACH ?

[1]

Le coach accompagne et guide la personne ou l'équipe dans la réussite de ses projets, ses objectifs ou ses désirs que ce soit sur le plan personnel, familial et/ou professionnel.

[2]

Le coach éveille la personne à des prises de conscience dans les domaines du « faire », et apporte de nouveaux angles de vision en respectant éthiquement et écologiquement la personne, celle-ci apprend ainsi les règles de l'action pour réussir ce qu'elle entreprend.

[3]

Le coach utilise une méthode structurée et pragmatique (un levier puissant de développement personnel et professionnel du changement). Il aide son client sur le chemin de la connaissance de soi, de la maturité, de l'autonomie et de l'équilibre.

JE SUIS VOTRE MEILLEURE ALLIÉE !

C'est cet accompagnement que je suis pour vous tout au long de votre perte de poids, de votre maintien ou tout simplement dans le changement de vos habitudes alimentaires.

N'hésitez pas à vous faire accompagner lors de ces changements. Le recul, les nouvelles idées et les échanges qui en suivront sauront ajouter au bagage de cette belle aventure qu'est celle d'une décision de changement.

LORS D'UNE
TRANSITION
UN COACH
EST UN ATOUT
IMPORTANT



VOYAGE CENTRES ÉLITE 2016 !

Ideal Protein
CENTRE INDÉPENDANT
AUTORISÉ

DU **5** AU **12 août**

GRAND BAYA PRINCIPE DE PUNTA CANA
EN RÉPUBLIQUE DOMINICAINE

1500\$ PAR PERSONNE

Wow!

OFFREZ-VOUS 1 SEMAINE ENTRE ÉLITES
ET FAITES LE PLEIN D'ÉNERGIE ET DE SOLEIL !

FORMATIONS / PLAGE / PLAISIRS !

(déductible d'impôts)

DÉTAILS AUPRÈS DE VOTRE
REPRÉSENTANTE. RÉSERVEZ TÔT,
LE NOMBRE DE PLACES EST LIMITÉ !

