

EMMANUELLE CORBEAU
COACH- HYPNOTHERAPEUTE

**AFTER WORK/ATELIERS
COACHING
DEVELOPPEMENT
PERSONNEL**

**A LA PEPINIERE DU BIEN ETRE
6 RUE MARCEL SEMBAT
44 220 COUERON**

Mes ateliers sont d'abord un espace de liberté de parole, pour échanger entre femmes sur des difficultés communes.

Il s'agit d'un cycle de 8 ateliers, sur lequel je vous demande de vous engager sur toute la période pour que le groupe soit stable et permette de créer un climat de confiance et de sororité entre les participantes.



Mardi 19 novembre : Atteindre ses objectifs et avoir confiance en son avenir

Mardi 10 décembre : Confiance, estime et amour de soi

Mardi 14 janvier : Gestion des émotions et du stress

Mardi 25 février : Connaissance de soi

Mardi 11 mars : Charge mentale et équilibre

Mardi 22 avril : Apprivoiser ses peurs et son anxiété

Mardi 20 mai : Harmonie et relations familiales

Mardi 18 juin : Séance de clôture en co-construction

**Ateliers réservés aux femmes
Petit groupe entre 6 et 8
participantes
A partir de 19h30- environ 2H
Tarif : 30 € par atelier
Comprenant l'apéritif en
convivialité**

**Espace de non jugement, de
bienveillance, de sororité entre
femmes, de confidentialité et de
liberté de parole.**

**Inscriptions par mail ou tel :
hypnocoach44@gmail.com
Tel : 06 75 06 12 08**