



Caroline Crepy Thevenet vous reçoit à Montcavrel

**Vous rencontrez épisodiquement
des difficultés dans votre vie :**

Divorce, mariage, séparation, deuil, baby blues, retraite, nouvelle rencontre, départ des enfants, licenciement, nouveau job, difficultés d'orientation, burn out, problèmes d'image, dépendance (alcool, drogue), stress, confiance en soi, solitude, décisions à prendre, perte de motivation.

**Vous souhaitez atteindre un objectif
ou vous êtes juste heureux et souhaitez le rester.....**

UN COACH DE VIE, peut vous aider ...

Le coaching de vie permet de faire face aux situations qui vous « paraissent » insurmontables lors d'une période de changement de vie ou de crise. C'est une relation d'aide par un accompagnement individuel et personnalisé qui vous permet de vous mettre en mouvement, à votre rythme dans une dynamique de changement.

Le coaching est orienté vers la solution et non sur le problème. Son but est d'atteindre rapidement l'objectif que vous avez défini, c'est pourquoi nous nous intéressons au Comment et non au Pourquoi.

Le coaching de vie vous amène à redécouvrir QUI VOUS ETES.

En travaillant sur la connaissance de soi, et sur la découverte de l'autre, il vous permet d'ouvrir le champ des possibles en terme de projet, et de changement.

Votre Coach de vie intervient lorsque vous avez besoin d'une épaule car parfois nous ne pouvons pas tout partager avec nos proches. Il est un guide qui vous accompagne par une écoute active et bienveillante, un questionnement ciblé et pertinent, qui vous amène à changer votre regard sur la réalité en modifiant vos propres filtres de perception car comme disait Monsieur Albert Einstein

« On ne résout pas un problème avec les modes de pensées qui l'ont engendré »

Nos TARIFS en Cabinet

Les séances sont ponctuées de questionnements, d'échanges, d'écoute et d'exercices.

Pour le 1er rendez-vous d'une demi-heure (face à face ou skype)

Entretien préalable de coaching : Séance de prise de contact avec définition des objectifs.

Prix forfaitaire de 15 € - sans engagement.

Coaching personnel

Durée de la séance : 1 H au cabinet ou skype la séance : 60 €

UNE JOURNEE POUR SOI : de 10h à 18h /400€ (face à face)

CENTRE DE BIEN ETRE PROFESSIONNEL ET PERSONNEL

3 rue de la Vinne 62 170 Montcavrel

A 10 minutes de Montreuil sur mer

A 30 minutes du Touquet Paris Plage

A 2H de Cergy pontoise en voiture

A 2H 30 de Paris par le Train

A 1H 30 de Lille par le Train