



# Développement Personnel et / ou Professionnel

## POUR QUI ?

Toute personne souhaitant mieux se connaître et mener une vie personnelle et professionnelle plus en accord avec ses valeurs et en lien avec autrui.  
(famille, amis, collègues, chef, clients, etc.)

## POURQUOI ?

Améliorer sa communication et optimiser sa relation aux autres.  
Développer son intelligence émotionnelle pour gagner en efficacité.  
Augmenter sa confiance et son estime de soi pour être à l'aise dans son environnement personnel et professionnel

## QUELS BENEFICES POSSIBLES ?

- ° Equilibrer son bien-être
- ° Dépasser ses peurs
- ° Donner du sens à sa vie
- ° Faire face aux événements difficiles
- ° Améliorer ses relations familiales, professionnelles, amicales
- ° Oser réaliser ses projets
- ° Vivre plus sainement...

## MODALITES



A partir de  
3 jours



Selon  
votre  
disponibilité



Individuel ou  
Groupe de 6  
à 8 personnes



Skype  
ou  
Lieu de  
votre choix



Tarif  
à la demande



### Virginie DENIS

Psychologue clinicienne - Psychothérapeute - Formatrice  
06.75.19.84.50  
sossurdus31@gmail.com