

Communication

Epanouissement

Bien-être



Family & Life, Enterprise Coaching
Communication - Relation humaine - Enfance et famille



OÂ
Coaching

Ce qui fait la particularité de cet atelier de coaching adolescent, c'est que Bénédicte vous apprend à vous mettre en lien avec votre moi intérieur, avec la vie, avec les autres et avec le monde, par l'approche de la créativité des cinq sens.

Elle vous révèle vos richesses intérieures pour améliorer votre communication, vos relations et votre bien-être au quotidien.

Ses outils sont simples à utiliser et vous permettent de réussir concrètement à améliorer votre vie et à lui donner tout son sens.

C'est une façon d'optimiser votre potentiel, en respectant vos valeurs humaines essentielles.



OÂ

S'épanouir comme un poisson dans l'eau...



OÂ

14 rue du Salève
F-74160 St Julien en Ge
+33 6 20 75 23 48

OÂ

5 Ch des Crêts-de-Champel
CH-1206 Genève
+41 79 261 21 15

OÂ

La communication au cœur de la relation...

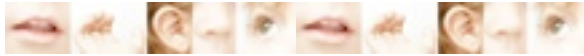
info@oacoaching.com
www.oacoaching.com

Atelier Adolescent
15-20 ans



www.oacoaching.com

Epanouir sa vie !



Le lien de communication qui se tisse par l'imaginaire et la créativité est suscité par les cinq sens, sans oublier le sixième sens...



Vue
Goût
Oùie
Odorat
Toucher
Intuition



S'ouvrir au monde



- Apprendre à mieux se connaître pour s'ouvrir aux autres et au monde
- Harmoniser l'image de soi, intérieure et extérieure, pour être authentique
- Verbaliser ses sentiments et ses émotions pour mieux communiquer

Se sentir libre

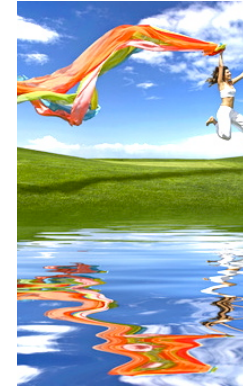


- Prendre sa juste place au sein de sa famille, ses amis, et en société
- Exprimer et oser affirmer ses valeurs
- Vivre des relations épanouies et détendues
- Mieux s'organiser, créer un équilibre pour réussir et gérer son temps libre
- Développer son autonomie et sa liberté

Devenir responsable



- Savoir prendre les bonnes décisions, en accord avec soi, dans sa vie sociale
- Générer son propre élan pour décider soi-même de ses choix et de ses actions
- Devenir acteur de son avenir et donner du sens à sa vie



L'adolescent trouve en atelier un espace d'accueil, d'écoute et de libre parole



Accompagnement de l'adolescent et de la famille



OÂ tél. +33 6 20 75 23 48
+41 79 262 21 15
info@oacoaching.com
www.oacoaching.com