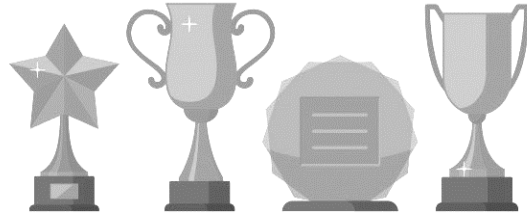




- Visio-formation - Dynamiser un mental de vainqueur

Déc.

14



Intervenant : Jean-Pierre MARRIGUES
SIRIA Consultants

Efficacité professionnelle : vous souhaitez renforcer votre confiance en vous
et développer votre force mentale ?

Programme

- Identification des freins nuisant à la réussite pour dynamiser ses performances professionnelles
- Stimulation de l'intelligence émotionnelle avec de la musique pour apprendre à gérer son stress
- Développer la visualisation mentale par un ancrage sonore.
- Mise en application avec des ateliers pratiques :
 - Vivre en direct l'apport des nouvelles pensées et de la psychologie positive (transformer les croyances limitantes en croyances positives)
 - Réalisation d'une expérience "unique" sur les bienfaits de la respiration ventrale



Coût

Formation : cotisant CEGARA et VIVEA = **GRATUIT**