
Maintenir le Cap



Un coup d'œil sur l'ESSENTIEL !

- # Vous laissez-vous facilement détourner de votre objectif
- # Perdez-vous de vue l'ESSENTIEL de vos préoccupations ?
- # POURQUOI ?
- # Qu'est-ce qui vous en détourne ?

Reprenez la situation, point par point et faites un diagnostic de vos préoccupations initiales. En ordre de priorité.

Faire deux colonnes de vos préoccupations :

1. les plus importantes,
2. et celle qui est prioritaire qui permettra de garder un objectif clair.



- # Agir collectivement
- # Apprécier ce qui marche
- # Imaginer un futur désirable
- # Désirer ce qui sera
- # Mettre en œuvre

“ Le langage de votre corps au quotidien

Où en est votre Attitude face au stress ?

Ensemble nous modifierons une vision en bonne énergie pour avoir toute la journée une belle vitalité, prévenir de l'absentéisme, prévenir des accidents, mal de dos, mauvaises habitudes, l'angoisse, les doutes, avoir la juste attitude.

La relaxation Bio-dynamique modifiera votre perception pour vous relaxer dans le mouvement et cordonner et oxygéner votre respiration, vitale pour votre santé et votre énergie.

Nous allons, ensemble, donner un sens à votre VISION et construire votre Cap.