



UN ÉLAN VERS L'AVENIR

DECouvrez LE COACHING DE VIE

Une solution innovante et efficace
Sur le plan personnel et professionnel

**Vous cherchez à améliorer votre vie personnelle ou professionnelle,
Le coaching de vie peut être une option intéressante à explorer.**

Programme de la journée :

- **Le coaching de vie : De quoi parle-t-on ?**
Qu'est-ce que le coaching de vie ? Le coaching de vie de sa naissance à nos jours.
Les spécificités du coaching de vie. A qui s'adresse le coaching de vie ?
- **Le coaching de vie individuel : Un accompagnement centré sur la personne.**
Les avantages du coaching de vie individuel. Déroulement des séances et les méthodes utilisées. Comment le coaching de vie individuel peut vous aider dans votre vie personnelle et professionnelle ?
- **Le coaching de vie collectif : Un accompagnement centré sur une thématique.**
Présentation du coaching de vie collectif. Illustration du coaching de vie collectif à partir de thématiques proposées par le groupe.

Prérequis : Aucun

Date : Mardi 25 novembre 2025

Lieu de rencontre : LA STATION (espace de coworking)
7, passage Auguste Perret – 80000 AMIENS

Organisation : Horaires : de 9 H 30 à 16 H 30
En présentiel
Déjeuner libre (restauration possible à proximité)

Participation : 60 euros TTC la journée / personne
Règlement par chèque, espèces ou virement

Renseignements et préinscription : **Annie LECOCQ, Coach de vie**
Tel. : 06 79 11 75 33
Mail : unelanverslavenir@gmail.com
Site : unelanverslavenir.fr (Rubrique « Contact »)

Date limite des préinscriptions le vendredi 7 novembre 2025