

En chemin

AVANCER AVEC CONFIANCE
DANS VOTRE VIE ET VOS
PROJETS



VOUS NE VOUS SENTEZ PAS
PLEINEMENT CONFIANTE ?

Vous pensez en tant que professionnelle :

- J'ai fait plusieurs formations dans tel domaine mais je me sens toujours incertaine
- Je ne suis pas légitime, j'ai peu d'expérience
- Je continue de me former en théorie mais je ne pratique toujours pas ou peu
- Cela m'inquiète, me fait peur de travailler dans ce domaine
- Et si je me trompais/je ne faisais pas ce qu'il fallait?
- Je me sens en difficulté avec les parents, qui ont parfois des attentes très importantes

Cela vous parle ? Vous avez déjà eu ces pensées ?

Vous aimeriez ressentir plus d'**assurance**, vous sentir plus légitime ?

Vous êtes au bon endroit: je vous propose un **accompagnement pas à pas**, unique et innovant, pour passer à l'action et **vous sentir en confiance** dans les projets que vous voulez pour vous, qu'ils soient personnels ou professionnels !

Cette approche répond à l'envie de mieux vous comprendre, d'être en capacité **d'identifier à la fois vos forces** pour les utiliser et aussi **vos aspirations** pour y accéder, une marche après l'autre. On se met en route ?



Audrey Lecoufle
Coach de vie certifiée



L'ACCOMPAGNEMENT
PAR LE COACHING

Par cette approche, je vous aide à trouver **les réponses qui vous font avancer dans votre vie et dans vos projets.**

Concrètement, à chaque session, venez avec ce que vous souhaitez aborder : une situation du quotidien que vous ressassez, une émotion désagréable ou une façon de fonctionner qui ne vous convient pas, un objectif sur lequel vous procrastinez...

Et c'est parti, on se met en route avec élan !

Résultat : Vous avancez dans les projets qui vous tiennent à cœur et dont vous rêvez pour vous, vous êtes accompagnée pas à pas avec clarté et entrain et vous passez à l'action avec confiance !

Une session individuelle dure 30 minutes: pratique à caser en journée ou entre midi et deux.

Plusieurs formules au choix, selon vos besoins, pour un **accompagnement personnalisé, en individuel** (en visio sur Zoom):

- **Faisons les premiers pas ensemble :** un accompagnement de 3 sessions espacées d'une semaine (150€) pour démarrer et se lancer
- **En Chemin :** un accompagnement dans la durée de 5 sessions espacées d'une semaine, pour de grandes réussites (225€)
- **Vers mes rêves :** un accompagnement dans la durée de 10 sessions espacées d'une semaine, pour de grandes réussites (450€)

Vous êtes curieuse de ce que cette démarche pourrait vous apporter ?

Vous souhaitez en savoir plus ?

Pour découvrir cette approche, je vous propose une session gratuite, à programmer quand vous le souhaitez !

N'hésitez pas à me contacter :
audreylecoufle@gmail.com

