

Créateur et acteur de sa vie

Ce que nous vivons est le résultat de nos croyances, de nos « programmations » installées au cours de notre existence

Dans cette conférence, je vous partagerai ma propre expérience de vie

Je parlerai du fonctionnement du **cerveau** et de sa **puissance créatrice**

Je parlerai de l'urgence de s'accepter, de se respecter, de **s'aimer**

J'aborderai la notion **de besoins** et l'importance de pouvoir les exprimer

Je vous donnerai quelques « **outils** » pour une meilleure communication (communion) avec vous-même et les personnes qui vous entourent

Je préciserai **le pouvoir de l'ACTION**, moteur même du changement....

Oui, chacune, chacun de nous peut décider d'avoir *une vie plus équilibrée, productive et joyeuse*

C'est avec plaisir que je vous accueillerai pour cette conférence-débat dans une ambiance *positive et constructive...*

Annie Bouffénie

Coach-Formatrice en communication

Tél : 06 64 35 19 57

contact@anniebouffenie.fr