



SEN Coaching

Avec
Evelyne Kellerhals Seignez

OSEZ

Dire Mon

Des rituels et outils concrets
pour apprendre à poser tes
limites vis-à-vis de toi et des
autres

- Développer ta **confiance en toi**
- Apprendre à faire passer **tes besoins** avant ceux des autres
- Découvrir différentes techniques de communication simples pour **oser dire** ce que tu ressens tout en **respectant** l'autre

S'inscrire

☎ 079 882 02 84

evelyne.seignez@sencoaching.com

www.sencoaching.ch



Valeur
CHF 190

Samedi 17/06 de 9h00 à 16h00

(1h de pause & repas à emporter - pauses café offertes)

Espace Harmo'Ve

Chemin de Marjolin 75, 1860 Aigle

Des ressources clés qui vont changer
ta perception de la vie!