

Formation Confiance en soi & Estime de Soi

Auteur :ronie bouchon<ronie.bouchon@arianesud.com>



Ce module de formation a pour visée de retrouver ses ressources et ses potentiels pour développer sa confiance en soi par l'estime de soi. En parallèle, sont abordés quelques techniques pour se relaxer et gagner en sérénité pour retrouver cet état de confiance intime.

Durée : 1 jour + 1 jour

Prochaine date : 18 novembre et 4 décembre 2013

pour les [dates & inscriptions contact@arianesud.com](mailto:ronie.bouchon@arianesud.com)

Formatrice : Ronie Bouchon, Maître Praticien Coach en coaching PNL, master Management des entreprise de l'IAE d'Aix et master "Consultant en organisation" Université de Provence, en doctorat sur le thème du management des compétences.

voir [son profil](#);

N'hésitez pas à [bien entendu une formation spécifique](#) peut être organisée à votre demande ou sur votre [droit individuel à la formation \(DIF \)](#)