



38
Énergétique

**BIEN-ÊTRE AU TRAVAIL
ET PSYCHOLOGIE POSITIVE**

Le bonheur de libérer son potentiel



Recevoir la vie telle qu'elle s'offre à nous

La vie nous transforme au quotidien en bousculant nos habitudes, nos repères, nos ancrages et nos idées reçues. Cela concerne aussi bien la dimension personnelle que professionnelle. Et si nous décidons de miser sur le bonheur, en tirant parti de ces transformations ?

Apprendre à mettre en lumière son potentiel

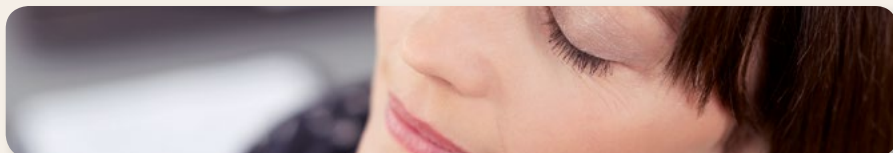
Parce que rien n'est fatalité, parce que nos ressources intérieures existent, il est toujours possible de faire évoluer sa relation à soi, aux autres, à la vie. Pour avancer avec joie et confiance en ses qualités personnelles.



Lorsque les entreprises repensent leur fonctionnement en valorisant le bien-être au travail, elles permettent à chacun d'exprimer pleinement son potentiel au sein de l'organisation. C'est alors toute l'intelligence collective qui s'en ressent, par une créativité accrue et des performances au top !

Prendre conscience de sa valeur, c'est possible !

- **La psychologie positive** cultive les forces et les compétences de chacun. Elle aide toute personne voulant développer son bien-être à atteindre ses objectifs en mettant à profit ses points forts au quotidien.
- **La thérapie énergétique** utilise la circulation de l'énergie dans le corps. Les neurosciences ont conforté l'intérêt pour les techniques naturelles aptes à libérer les énergies bloquées par des traumatismes et des émotions qui freinent l'épanouissement.



Débloquer ses freins, apaiser ses souffrances



Maux physiques

Traumatismes et douleurs, problèmes de sommeil, fatigue chronique, migraines...



Souffrances psychologiques

Stress, angoisse, anxiété, burn out, déprime, séparation, deuil, manque de confiance, d'estime ou d'affirmation de soi, phobie, colère...



Difficultés au travail

Démotivation individuelle ou collective, manque d'esprit d'équipe, réorganisation et résistance au changement, perte de sens, faible fidélisation des collaborateurs...



Pour gagner en bonheur et bien-être

Séances individuelles

Pour lâcher les blocages, prendre conscience de sa valeur et de ses ressources personnelles.

Ateliers

Pour découvrir et mettre en pratique des techniques éprouvées qui donneront de l'éclat à votre potentiel.



Stages

Pour découvrir et approfondir les outils permettant de développer de nouveaux fonctionnements. A la journée ou sur 2 jours.

Conférences

Pour informer et partager autour des bienfaits de l'énergétique et de la psychologie positive, tant sur le plan personnel que professionnel.



CARINE ANDRÉ

Consultante en bien-être au travail
et psychologie positive

Mes valeurs centrées sur la bienveillance et le non-jugement me rendent entièrement disponible et à l'écoute des problématiques qui peuvent enrayer votre force de vie.

Mon optimisme et ma discrétion me permettent d'accompagner les personnes comme les organisations qui veulent aller de l'avant en toute confiance.

Accompagnement individuel & collectif

- Formations
- Ateliers et stages
- Conférences



126 chemin de la tonnelle 38410 Saint-Martin d'Uriage
2 place Paul Vallier 38000 Grenoble

06 70 79 58 64

contact@energetique38.com

www.energetique38.com



Energétique 38 - Carine André



carine-andre-b0a71749