



Depuis maintenant 3 ans, j'ai développé un programme sur 9 mois à destination des femmes pour travailler en groupe sur leur estime, confiance et affirmation de soi.

Vous pouvez en voir quelques résultats dans la vidéo Youtube ci-après :

<https://youtu.be/RdUPVCKYtw>

Au-delà d'un programme de développement personnel, c'est une véritable aventure humaine qui mène parfois à une renaissance.

C'est un programme (sur 9 séances, une fois par mois) qui se veut résolument positif et évolutif (on s'inscrit pour la totalité). Ce n'est pas de la thérapie mais du coaching, nous sommes donc orientées résultats et solution et poursuivons ensemble nos objectifs liés à l'estime, la confiance et/ou l'affirmation de soi.

Pas de place pour la plainte ni la négativité, on cerne le/les problèmes puis on passe à l'action! 😊💪

De la théorie, de l'écoute, des conseils, de la bienveillance, de l'humour, parfois de l'hypnose, un groupe soutenant et porteur pour un programme bien ficelé sur 9 mois, le temps de faire un beau bébé, ton « nouveau moi version encore mieux » 😊

Celles qui l'ont suivi en sont toutes sorties grandies et ce fut une très belle expérience comme tu as pu le voir dans la vidéo ci-dessus.

Je ne le propose pas d'office car je fais d'abord passer un petit casting pour voir qui matche avec qui afin que ce soit une collaboration fructueuse pour chacune.

D'autant plus que ce programme réclame un engagement sérieux, envers toi et envers le groupe soutenant et bienveillant que je prends le temps de rassembler !

Intéressée ? Contacte-moi par mail ([info@fabiennelambert.be](mailto:info@fabiennelambert.be)) et laisse-moi ton téléphone que nous fassions un peu connaissance pour voir si tu as le bon état d'esprit pour rejoindre le groupe ;-)

Pour info : avant ce programme, j'ai également donné d'autres ateliers plus ponctuels :

- En route vers le bonheur
- Reconnexion à la joie de ton enfant intérieur