

COACH DE VIE

Qui est-elle ?

Alexandra Collinet



20 ans d'expériences professionnelles : chargée de marketing opérationnel, assistante de direction communication, attachée de presse & conseillère en orientation professionnelle en grandes entreprises / PME / associations et quelques petits aller-retour chez Pôle Emploi.

Dans ses bagages : Deug de Sociologie, BTS Actions Commerciales, une alternance spécialisée en communication & marketing et dernièrement un diplôme en **coaching personnel et professionnel reconnu RNCP (2017)**.

Si j'étais un arbre je serais un chêne, si j'étais une fleur un tournesol, une chanson Let love rule, si j'étais une saison l'automne, si j'étais une carte la reine d'épée.

Que fait-elle ?

Accompagne les hommes et les femmes à atteindre leurs **objectifs** et dépasser leurs **challenges** personnels ou professionnels par l'art du questionnement. Cela permet de nouvelles prises de **conscience**, de développer une meilleure **connaissance de soi** et de poser des **actions** concrètes amenant à un changement **durable**.

Elle intervient également en accompagnement pédagogique au mieux-être au travail en entreprise, préventions des RPS, gestion du stress etc...

Tarif : 70€ la séance (1h)

Ici Terre avec la Coopérative de Bien Être me permet de contribuer à un **projet collectif** qui replace l'humain au cœur de l'expérience, tout en prenant **soin du vivant** pour « vivre et agir joyeusement dans son environnement ». C'est une de mes façons aujourd'hui, comme le dit la légende du colibri de « **faire ma part** » dans ce monde.

SEANCE

Au cabinet le mardi toute la journée
Sur RDV : au 06.84.24.60.92
contact@alexeco.fr