



# S'équiper pour servir

*"Un véritable travail sur soi  
est un gain  
pour toute une vie !"*

Etre accompagné de  
manière bienveillante

*Rayonner*

## Ces thèmes te parlent-ils ?

Dépasser mes limitations/blocages, estime, image  
de soi et confiance en soi

Améliorer mon relationnel et ma communication,  
Transformation de mon comportement

Libérer son potentiel, créer des habitudes nouvelles  
pour une vie nouvelles, défis et challenges...

Dépasser la procrastination, améliorer la gestion  
du stress, du temps et l'organisation

Mieux gérer le stress et les priorités

Trouver "l'âme sœur" et/ou dépasser la solitude

Planning et vie nouvelle

S'affirmer - lutter contre la timidité

Colorier sa vie - être positif, "penser solution"

### Le couple

L'intimité / La communication de couple, le conflit, la sexualité, unité familiale...

Discerner nos projets / Se compléter, choisir ensemble, fonder une famille...

~Le travail et l'équilibre familial

## Les services d'1airdevie pour couples / particuliers

**Coaching de vie**



"Commencez par faire ce qui est  
indispensable, puis ce qui est possible et,  
soudain, vous ferez l'impossible"

St François d'Assise

**Didier Magne**

Formateur Coaching,

Consultant en évolution professionnelle,

Écouteur psychologique-Relation d'aide

[www.1airdevie.fr](http://www.1airdevie.fr)

didiermagne.coach@gmail.com

06 03 61 14 58

39 rue de la fontaine au  
blanc 17138 Saint Xandre