



# S'équiper pour servir

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

Etre accompagné de  
manière bienveillante

*Se relever*

## Ces thèmes te parlent-ils ?

Être écouter, pouvoir se confier  
Sortir de ses blocages, lutter dépasser ses peurs,  
**Améliorer l'image de soi,**  
Gestion des sentiments et des émotions,  
**Communication non-violente**, écoute active,  
Analyse transactionnelle, souvenirs douloureux, les  
abus, la manipulation,  
Connaissance de soi : l'analyse systémique familiale,  
test de personnalité, **les blessures** etc...

## **Le couple, la famille~**

Le choix amoureux, phases de la vie conjugale, **la communication** et la sexualité dans le couple, les  
conflits, le divorce,  
L'adolescence, trouver sa place dans sa famille, **la timidité et la confiance en soi...**

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

**Écoute psychologique -  
Relation d'aide**



**"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,  
Écoute 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