

- Tu manques de confiance en toi, d'estime de toi,
- Tu te sens stressé.e, anxieux.se ou triste,
- Tu te dis que tu n'es pas à la hauteur, tu te dévalorises sans cesse,
- Tu te juges et te compares aux autres,
- Tu n'oses pas dire non, ni prendre ta vraie place,
- Tu n'oses pas prendre des décisions

STOP ! OUVRE LA PORTE A TA NOUVELLE VIE, MAINTENANT.

- Tu veux connaître tes forces et les développer,
- Tu veux te libérer de tes vieux schémas de pensées limitantes,
C'est maintenant ! Fais le 1^{er} pas.

Si tu veux que les choses changent, tu dois changer.

Saches que >Tu es responsable de ta vie, tu es ton propre SABOTEUR mais TU as le POUVOIR DE CHANGER, de devenir la meilleure version de toi-même, de créer et de vivre ta meilleure vie, de passer au niveau supérieur.

Comment ?

Grâce à toi, ta volonté, ta détermination et au développement personnel.

- ✓ Fais voler en éclats et balaie toutes ses croyances limitantes et ses freins qui t'empêche d'être heureux et d'être bien avec toi-même.
- ✓ Gagne en épanouissement et augmente ta qualité de vie dans toutes les sphères de ta vie privée et professionnelle.

Je t'accompagne dans ce merveilleux changement pour devenir la meilleure version de toi-même.

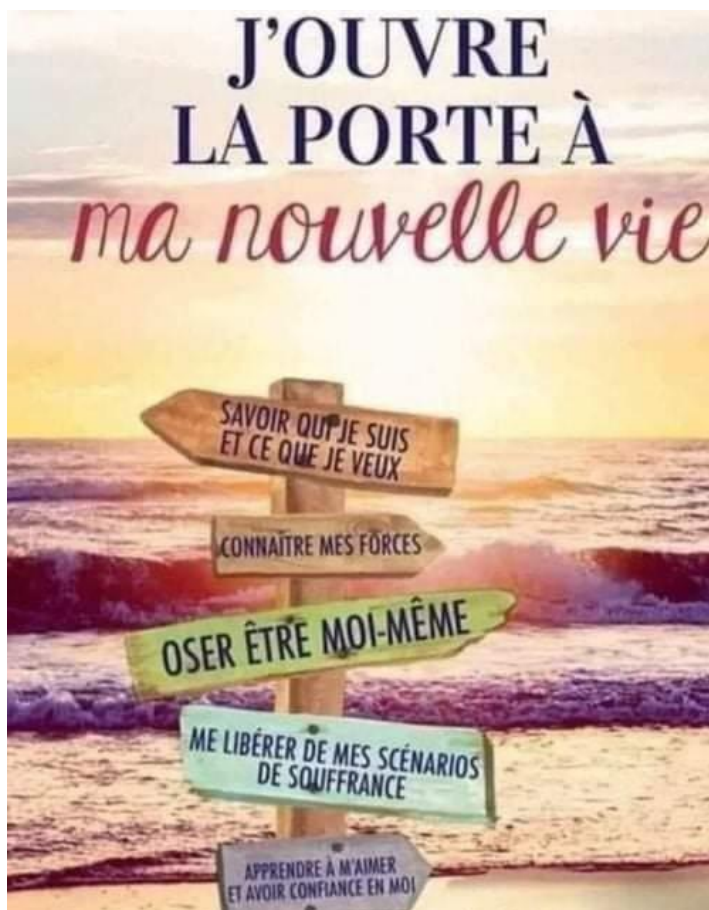
Mon approche est personnalisée, bienveillante et sans jugement basée sur 3 piliers :

1. La prise de conscience – le mental ;
2. Le passage à l'action – le corps ;
3. L'implémentation et la persévérance – l'équilibre corps-âme-mental/esprit.

C'est en **prenant conscience** de ses freins, en **passant à l'action** de vouloir évoluer et balayer ses croyances limitantes, que tu pourras **implémenter** les différents principes de réussite.

🎯 **Mon objectif : impacter positivement et durablement ta vie et révéler ton plein potentiel. Ensemble, vers ton succès !**

Contacte-moi pour fixer un échange gratuit et sans engagement pour découvrir ma méthode et les bénéfices immédiats pour toi. Accompagnement possible en présentiel ou à distance (digital).



« CREE & VIS TA PLUS BELLE VIE », tu le mérites.

Nicolas Schindelholz
nicolas@phenixcoaching.ch
+41 79/328 31 33