

Sylvie Leroux
PILOTER SA VIE ET SON METIER

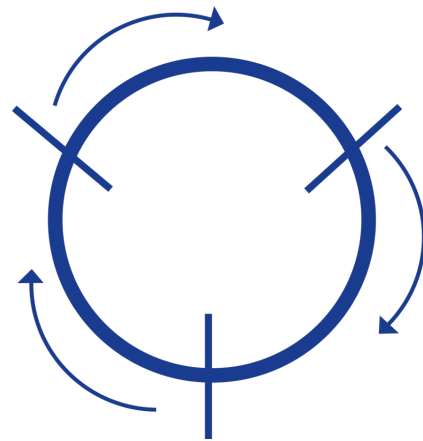
Donner, Redonner du sens à sa vie



2021

Un agriculteur avisé c'est un agriculteur protégé et motivé

Sens à la vie :
Etre mieux compris
Moins isolé
Encore plus motivé



Anticiper :
Prévoir l'avenir

Sens dans mon travail :
Mieux communiquer
Etre moins impuissants

Ces solutions existent

Garder la motivation
Garder le sourire
Eviter l'épuisement



Donner, redonner du sens à sa vie



Meilleure conscience des risques de mon métier sur ma santé.
Connaissance des alertes de surmenage.
Anticipation face aux troubles cognitifs et face aux maladies neuro-dégénératives.

A qui s'adresse cette formation

Toute personne, agriculteur ou non, désirant éviter les pièges du mal être et soucieux de connaître ce qui peut être entrepris face à la dégénérescence cérébrale.

Pré-requis : aucun

Sujets abordés

- Apprendre la gestion du stress
- Reconnaître les alertes émotionnelles
- Retrouver du sens dans son travail
- Retrouver du sens dans sa vie
- Se connaître pour une vie cohérente en respect avec ses valeurs
- Comprendre la dégénérescence cérébrale
- Accompagner un malade et ses aidants

Conférence
Module(s) de Formation

Durée : 1 jour

Formatrice : Sylvie Leroux

- Ancienne agricultrice
- Praticien, PNL certifié
- Coach professionnelle certifiée

Consultant : Patrick Bourbon

- Maître Praticien, PNL certifié
- Aidant pour la maladie de Parkinson et d'Alzheimer depuis plus de 15 ans
- Formateur certifié (MIT)
- Préparateur Mental Equipe de tir UK (participation aux championnats du monde)

Contact

sylvie.leroux@pilotersavieetsonmetier.fr

Responsable de Publication: CRESCENDO

Responsable de la rédaction: Sylvie Leroux

Raison sociale: SCOP SARL CRESCENDO 23 rue du champ de foire 61100 Flers

N° siret: 510 290 786 000 35

Credits photos :

Pixabay : page 1 et page 3

Version Février 2021