



La préparation mentale comme support de soins

Avec la préparation mentale, je vous accompagne à traverser la période de la maladie, devenir proactif et passer du statut de patient à celui d'activant !

Nous travaillerons avec les différents outils de la préparation mentale pour :

- La gestion de votre énergie,
- La réduction du stress et de l'anxiété,
- L'amélioration de l'adhésion au traitement,
- Le renforcement de l'estime de soi,
- La favorisation du bien-être émotionnel,
- L'atténuation des effets secondaires,
- Le renforcement du contrôle personnel,
- La communication améliorée avec l'équipe médicale,
- La refonte de vos valeurs.



Vous ou un proche,
êtes touché par le cancer ?
Ne restez pas seul !

*Si vous saisissez ma main pour vous accompagner,
nous ferons une demande auprès de l'association OSA
(Onco Soutien Accompagnement), qui prendra en charge
la majeure partie des frais d'accompagnement (avec un
reste à charge pour vous de 15€).*

www.oncoaccompagnement.fr

Pour une ouverture d'accompagnement
ou pour obtenir plus de renseignements,
contactez-moi.



AS COACHING

Préparation Mentale

Agnès SEVESTRE

 **06.03.08.10.70**

www.as-coaching.fr

122 Avenue de Lardenne 31100 Toulouse

101 Bl Frédéric Arnaud 09200 ST-Girons