

COACHING SANTE

PROFITEZ D'UN ACCOMPAGNEMENT SANTÉ DÉDIÉ AUX DIRIGEANTS

88%

des dirigeants
travaillent plus
de 60h/semaine

70%

ne prennent
pas leur arrêt
de travail

47%

souffrent de
troubles du
sommeil

Et vous ?

Parce que votre santé est le premier capital de votre entreprise, notre partenaire AG2R La Mondiale vous a conçu le service **Coach & Vous Santé**, un accompagnement personnalisé, **avec un coach dédié**, pour vous aider à vous sentir mieux et à gagner en performance.

Coach & Vous Santé, un service bien pensé pour :

- Apprendre à **gérer la pression et le stress** pour un meilleur équilibre de vie ;
- **Allier plaisir et diététique** pour une meilleure hygiène alimentaire ;
- **Retrouver un sommeil de qualité** pour booster votre efficacité au quotidien.

LA 1^{ère} SÉANCE EST OFFERTE !

PREMIER PAS

Envoyer COACHING par SMS au 07 55 54 10 50

ou connectez-vous sur www.ag2rmondiale.fr
rubrique "chef d'entreprise, TNS"

Un coach professionnel de santé vous rappellera pour convenir, selon vos disponibilités, d'un rendez-vous téléphonique pour votre 1^{ère} séance offerte.

BILAN DE PRÉVENTION

Réalisez un bilan en 15-20 minutes au téléphone avec votre coach professionnel de santé. Ensemble, vous échangez sur vos habitudes de vie, vos attentes, vos motivations et définissez les ambitions à atteindre ainsi que les actions à réaliser.

À l'issue de cette séance offerte, vous êtes libre de poursuivre ou non votre coaching.

COACHING PERSONNALISÉ

Démarrez un coaching personnalisé en fixant les séances selon votre emploi du temps et échangez par téléphone, avec votre coach sur les actions mises en place **pour atteindre vos objectifs. Espacées de 2 à 3 semaines, les séances durent environ 20 minutes.**

Tarifs :

- Pack de 2 séances : 70€ HT
- Pack de 4 séances + 1 séance de suivi offerte: 120€HT

→ **OBTENIR LA 1^{ère} SÉANCE OFFERTE**