



Le mouvement
au service de votre santé

SANTÉ
PRÉVENTION
ÉQUILIBRE
MIEUX-VIVRE
ENSEMBLE



Émilie Le Breton

Psychologue du travail
Coach en transition Perso / Pro

Donner du sens à vos transitions pour construire un nouvel équilibre

Émilie Le Breton vous accueille au sein d'ActiSanté pour vous accompagner dans vos périodes de questionnement, de transition ou de changement, qu'ils soient personnels ou professionnels. Psychologue du travail et coach, elle vous aide à mieux vous comprendre, à mobiliser vos ressources et à construire des solutions concrètes et durables, en cohérence avec vos valeurs et vos aspirations.

PRENDRE RENDEZ-VOUS



www.Domy-app.com
Plus d'informations sur le cabinet
et les accompagnements



07 62 71 14 20
(lundi au vendredi)



ActiSanté
75 route de Boirargues
34970 Lattes

*Des professionnels engagés
à vos côtés*

Ses principaux domaines d'accompagnement



Transitions personnelles

Vous accompagner dans les étapes de vie (changement de rythme, parentalité, séparation, questionnements, quête de sens...) pour avancer sereinement.



Transitions professionnelles

Faire le point sur votre parcours, vos compétences et vos envies (évolution, reconversion, reprise d'activité, recherche de sens...) et construire un projet qui vous ressemble.



Confiance et estime de soi

Renforcer la confiance en soi, valoriser vos ressources et développer un regard plus positif sur vos capacités, pour aborder les changements avec plus de sérénité.



Gestion du stress et équilibre de vie

Mieux comprendre vos réactions face au stress et mettre en place des stratégies adaptées pour retrouver un équilibre durable au quotidien.



Sens et épanouissement

Identifier ce qui compte vraiment pour vous, clarifier vos valeurs et vos priorités, et faire des choix alignés pour une vie plus sereine et plus épanouissante.



Accompagnement sur mesure

Une approche bienveillante, individuelle et pragmatique, qui combine outils psychologiques et techniques de coaching pour vous aider à avancer concrètement vers vos objectifs.

*Un nouveau chapitre
vers plus de sens*



Confiance

Équilibre

Transition

Nouveaux horizons



Une approche humaine et orientée solutions

Au sein d'ActiSanté, Émilie Le Breton travaille en lien avec d'autres professionnels de santé pour vous proposer un accompagnement global et complémentaire.

Son objectif : vous aider à traverser vos transitions, personnelles ou professionnelles, en mobilisant vos ressources, en retrouvant un équilibre durable et en construisant une vie qui vous ressemble.

*Avancer aujourd'hui
vers un demain qui vous ressemble*



www.actisante.net

*Des professionnels engagés
à vos côtés*