

olympé

# Le défi de l'équilibre

**Vous manquez de temps ?  
Vous n'arrivez plus à  
reprendre votre souffle ?**

Maintenir l'équilibre entre le travail et la vie personnelle est un défi constant. Obtenez des outils pour garder l'équilibre dans votre vie.

**Profitez de ce moment de réflexion pour vous recentrer et repartir du bon pied !**

- Faites le point sur votre situation actuelle
- Établissez vos priorités
- Garnissez votre coffre d'outils



**LIEU**

Présentiel ou visioconférence



**DURÉE**

60 minutes



**ANIMATEUR**

Professionnel de la santé Olympe

[www.olympé.com](http://www.olympé.com)

Pour plus de trucs et conseils, suivez-nous!   

[olympé@olympé.com](mailto:olympé@olympé.com) | 1877 325-4472