

Mens sana in corpore sano,

Dans un monde incertain, quand les repères manquent, entretenir son moral et ses capacités de réussite devient un enjeu majeur.

C'est connu, quand le plaisir est présent, le corps et la tête réagissent de concert, vite et bien : les hormones du plaisir rendent tout plus facile. Vous disposez alors de la moitié de l'équation !

J'imagine que vous veillez fort bien à générer du plaisir dans la sphère personnelle. Si oui, je vous invite à continuer ! Si non à revoir vos priorités ! Vous disposerez donc d'un « corpore sano ». Non seulement c'est agréable mais cela assure une vie réussie dans la durée !

Savez-vous qu'un « mens sane » produit des endorphines, l'hormone du plaisir en situation professionnelle, qui se diffuse quand vous trouvez goût et sens au travail, quand vous voyez comment contribuer à un projet d'importance ou un objectif ambitieux ?

Si oui, bravo, les endorphines circulent et vous assurent la seconde moitié de l'équation !

Si non, réactualisez vos potentiels, redonnez du sens, découvrez vos ressources cachées ou endormies. Prenez contact avec Michèle Vayn

06 11 74 32 09

michele.vayn@wanadoo.fr