



# Débloquer l'anxiété Dépasser le stress S'apaiser en reconnectant les :

pensées =



ressentis  
du corps =



émotions =



**Hyacinthe Duclos**  
**Coaching / Hypnose / PNL**  
**Gignac la Nerthe - 06 51 52 55 49**  
**Présentiel ou Visio internet**