Ajuste ton rythme pour mieux avancer

Quand aller vite te ralentit

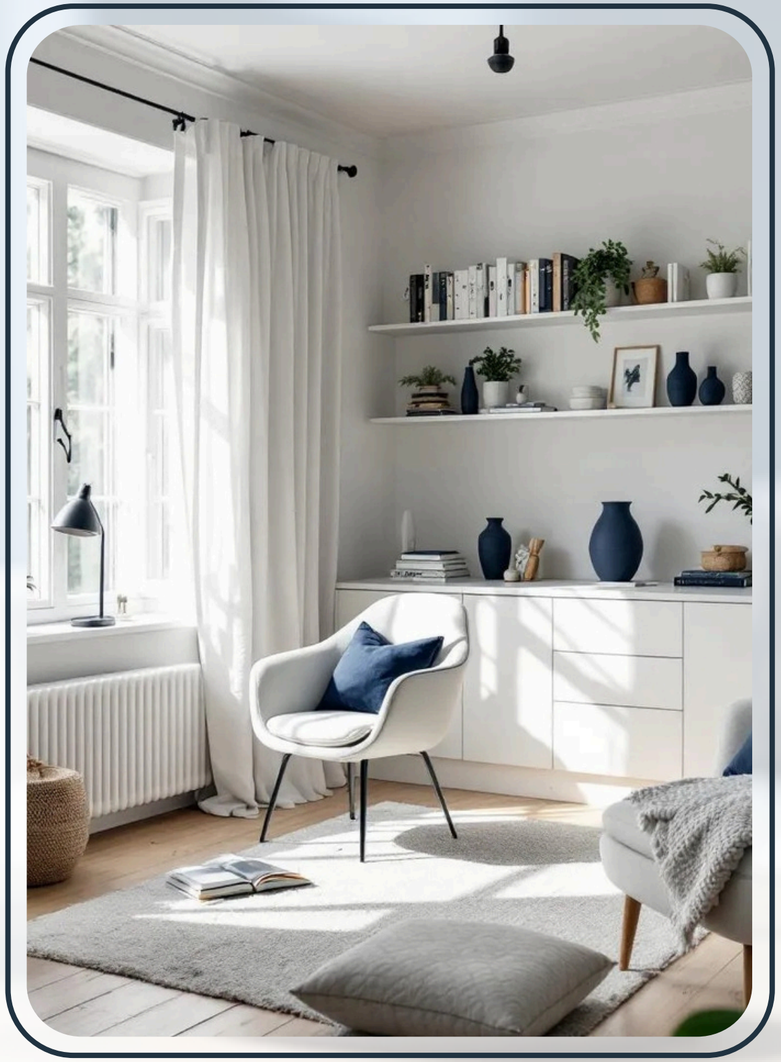
Ce n'est pas un problème de planning.
C'est un saboteur qui murmure.

Les saboteurs ne bloquent pas. Ils pressent.
Plus vite. Plus fort. Plus souvent.

par Sandra Lévesque

17 février 2026 à 11h30

Quand aller vite te ralentit



évolu sens
COACHING · CONSEIL

Quand aller vite te ralentit

Notes

évolu sens
COACHING · CONSEIL

La famille des saboteurs

QUI PREND LE VOLANT?

Quand aller vite te ralentit

évolu sens
COACHING • CONSEIL

Quand aller vite te ralentit

Notes

évolu sens
COACHING · CONSEIL

La famille des saboteurs

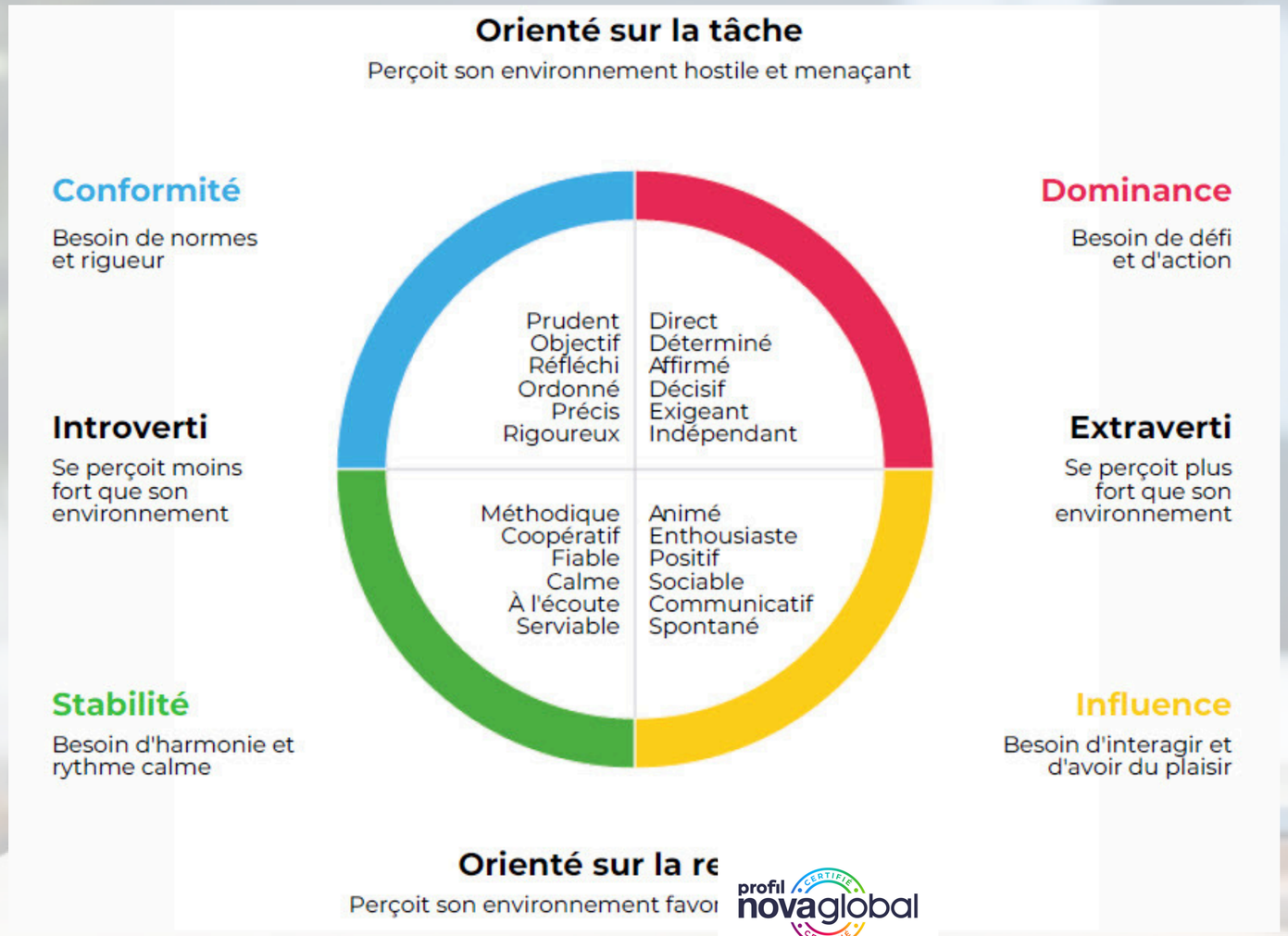
Laquelle vous parle le plus en ce moment?

- Le trio de la paralysie
- Le club de l'estime
- Le duo de la peur

évolu sens
COACHING · CONSEIL

Le profil NOVA

Pour apprendre à mieux se connaître



évolu sens
COACHING · CONSEIL

La maîtrise consciente

Quand aller vite te ralentit

évolu sens
COACHING · CONSEIL

Quand aller vite te ralentit

Notes

évolu sens
COACHING · CONSEIL

Quand aller vite te ralentit

Notes

évolu sens
COACHING · CONSEIL