

Francine Dubuc, T.S., PCC, n.d.

Francine est une femme de cœur et une passionnée de la réalisation du plein potentiel humain. Elle a joint avec enthousiasme l'équipe de formateurs-coachs du Programme Vivez votre vision.

Son expertise professionnelle et son approche globale de la santé, du mieux-être et de la réussite sauront vous inspirer confiance et catalyser l'émergence du meilleur de vous-même, votre PUR Essence.

Coach professionnelle certifiée de Coaching de gestion Inc., L'Institut pour le développement du plein potentiel humain. Membre de la Fédération Internationale des coachs (ICF) et de la Fédération internationale des coachs du Québec (FICQ). Certifiée en Mindfulness Coaching (Coaching de pleine conscience). Elle est reconnue pour la qualité de sa présence et de sa bienveillance.

Travailleuse sociale, elle est membre de l'Ordre des travailleurs sociaux et des thérapeutes conjugaux et familiaux du Québec (OTSTCFQ) et intervenante certifiée en cohérence cardiaque.

Francine a développé une expertise en santé globale, transformation physique, et nutrition intégrative : naturothérapeute, entraîneur certifiée et instructeur en alimentation vivante.

Francine a une vision globale de l'être humain : physique, émotionnel, esprit. En constante évolution quant à la santé globale, elle s'intéresse entre autre à la recherche en neurosciences. Elle offre depuis plusieurs années des ateliers, conférences et formations afin d'inspirer la réalisation de Soi.

Son **approche est holistique et est intégrative** tenant compte de nos pensées et nos émotions qui influencent notre physiologie et nos comportements. La santé pour elle est un résultat que nous pouvons modifier en changeant nos habitudes de vie. Les symptômes sont les messages d'un déséquilibre de notre homéostasie, c'est donc la recherche d'un nouvel équilibre.

Francine, vous accompagne en tant que formateur-coach de Vivez votre vision à :

- Réaliser votre projet de vie ou de votre plan de vie aligné à vos **valeurs essentielles**
- Intégrer de saines habitudes de vie qui augmentent votre énergie, magnétisme et vitalité
- Vivre authentiquement et réussir votre vie
- Retrouver sa vraie nature, son essence
- Développer une image positive de soi (Empowerment)
- Se reconnecter avec soi
- Vivre des relations harmonieuses avec soi, les autres et dans l'amour
- Vous connecter à vos ressentis et l'intelligence du cœur
- Vous libérer des auto-sabotages et des croyances limitatives
- Énergiser vos choix de vie
- Vous transformer physiquement
- Faire émerger la meilleure version de vous-mêmes, votre pur essence

Rendez-vous de jour et de soir: (450) 534-1157 poste 233

Site de Francine Dubuc <http://www.lantidote.ca> **Leader de la culture du mieux-être**