

LANCEMENT

LE 23 OCTOBRE 2010 À 17H30



Titre : PRISE 3 : À votre RETRAITE, soyez la vedette !
Format : 8 3/8 x 8 3/8 • couverture souple
Pages : 124 pages
Reliure : Allemande
Parution : Octobre 2010
Prix : 19,95 \$ (imprimé) • 978-2-9812061-0-7
12,95 \$ (PDF) • 978-2-9812061-1-4
Auteurs : Nathalie Masson et Hélène Martineau
Distribution : Éditions ADA inc.

Ce guide pourrait devenir un outil essentiel à la préparation à la retraite pour bien des gens, étant utile aussi bien aux intervenants concernés par le sujet que le grand public.

Les Éditions Espace Temps Coaching

**ESPACE
TEMPS
COACHING**

Nées en 2010, Les Éditions Espace Temps Coaching sont établies à Ste-Thérèse dans les Basses-Laurentides (Québec) Canada et se classent comme éditeur en approche coaching et cheminement

personnel. Le coaching est un accompagnement qui a pour objectif l'amélioration de l'efficacité, le développement des aptitudes, l'adaptation à une situation nouvelle, l'aide à la décision ou la résolution de difficultés. La technique du coaching est indiquée en prévention ou en réponse à une transition. Elle accompagne la (re)définition d'un projet professionnel ou personnel. Elle offre l'occasion de prendre de la distance, d'explorer et valoriser ses compétences, de développer un «projet de vie». Le coaching offre des outils concrets afin d'accroître son savoir-faire et son savoir-être. Les ouvrages sont destinés aux grands publics. La clientèle visée est celle des préretraités et retraités ainsi que les 20, 30 et 40 ans selon les sujets touchants chacun des groupes respectifs. www.espacetempscoaching.com

Lors de l'EXPO GALA DES LEADERS BOOMERS
Au Centre Léonardo da Vinci
8350 Lacordaire, St-Léonard (Qc) H1R 3Y6

Conférence gratuite à 11h
« Comment assumer son leadership à la retraite? »

Cocktail de lancement de 17h30 à 19h30
Réservation en ligne nécessaire pour le cocktail
www.espacetempscoaching.com
ou Nathalie Masson au 514 713-0427

Que prévoyez-vous pour votre retraite?
Votre scénario de vie vous mettra-t-il en vedette?
Comment ferez-vous de cette période un succès?

Ce guide a pour objectif de permettre aux lecteurs un temps d'arrêt à la réflexion et à l'écoute de soi.

Amorcer la préparation à vivre cette nouvelle étape de vie qu'est la retraite. À travers des exemples concrets, des exercices pratiques et plusieurs pistes de réflexion, le but est

L'écriture est positive et incite à l'implication. Le lecteur aura le sentiment de participer plutôt que de rester passif dans sa lecture.

d'amener les retraités et futurs retraités à conscientiser ce qu'ils souhaitent. Cet ouvrage permet de mettre à jour les

ressources nécessaires ainsi que d'explorer les différentes possibilités afin de porter un nouveau regard sur sa retraite.

Les auteurs

Nathalie Masson • 514 713-0427

coach professionnelle certifiée en PNL

Possédant plus de 19 ans d'expérience en intervention, supervision clinique, coordination de services et gestion de personnel, elle est aussi Bachelière en service social-gérontologie-sociologie, certifiée en coaching pnl et actuellement à la maîtrise en gestion et développement des organisations. De plus, travailler dans le Grand Nord québécois lui aura fait découvrir une nouvelle perspective de vie.

Hélène Martineau • 514 576-4236

coach professionnelle certifiée en PNL

C'est au cours de ses 15 ans d'expérience comme entrepreneure en graphisme et par la suite, comme propriétaire d'un centre d'affaires dédié aux professionnels de la santé en médecine alternative que l'appel de la psychothérapie se fait sentir. Elle opte pour une certification en «coaching PNL». Dès lors, elle se consacre à sa nouvelle carrière, en coaching de vie, sa passion : l'être humain.

COMMUNIQUÉ DE PRESSE