



Métro, boulot, petits pots ! - ou comment conjuguer vie pro et vie perso

Estelle Dufetel, Cécile Schneider

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

Métro, boulot, petits pots ! - ou comment conjuguer vie pro et vie perso

Estelle Dufetel, Cécile Schneider

 [Telecharger Métro, boulot, petits pots ! - ou comment conjuguer vi
...pdf](#)

 [Lire en Ligne Métro, boulot, petits pots ! - ou comment conjuguer ...pdf](#)

Métro, boulot, petits pots ! - ou comment conjuguer vie pro et vie perso

Estelle Dufetel, Cécile Schneider

Métro, boulot, petits pots ! - ou comment conjuguer vie pro et vie perso Estelle Dufetel, Cécile Schneider

Téléchargez et lisez en ligne **Métro, boulot, petits pots ! - ou comment conjuguer vie pro et vie perso** Estelle Dufétel, Cécile Schneider

144 pages

Présentation de l'éditeur

Vous venez d'apprendre que vous êtes enceinte ! Félicitations ! Encore sous le coup de l'émotion, vous vous voyez confrontée à une série d'interrogations... Pas de panique, ce guide a été conçu pour vous ! Écrit par deux coachs, femmes actives et mères pour qui l'équilibre vie pro/vie perso est au cœur de leurs démarches, ce livre est une mine d'informations et de ressources pour vivre pleinement votre vie pro et personnelle :> Tous les conseils pour un départ et un retour de congé optimaux> Des points coaching pour accompagner votre développement personnel et professionnel> Des documents pré-remplis à télécharger via des QR-codes pour vous simplifier la vie

Sommaire : UNE FUTURE MAMAN AVERTIE EN VAUT DEUXJ'anticipe mon départ en congé maternitéJe m'informe sur mes droitsEt si je souhaite reporter mon retour au travail ?Je programme mon départ en congé maternitéPhase 1 : Je me préparePhase 2 : Je soigne mon imagePhase 3 : Je me reposeQui va garder mon bébé ?Je compare les modes de gardeJe trouve les aides adéquatesRETOURNER TRAVAILLER ?Je passe de la mère coupable à la mère responsableCulpabilité et travailLa séparationJe communique efficacementJe développe une communication efficace avec mon conjointJe communique de manière apaisée avec mon enfantJ'utilise ma « performance réseau »CONJUGUER CARRIERE ET PARENTALITELe développement personnel pour un retour optimalMieux me connaître pour assumer mes choix et prioritésJe repense mon projet professionnelMieux gérer mon temps pour articuler vie parentale et professionnelleOrganiser mes temps de vieSavoir dire NONSavoir déléguer efficacementJe vis à contretempsQuelques idées de nos grands penseurs et économistesOser me mettre en visibilitéPrendre le temps d'analyser ma situationCultiver mon leadershipVivre en pleine conscienceQu'est-ce que vivre en pleine conscience ?Comment vivre en pleine conscience ?Revenir à l'essentiel Biographie de l'auteur

Estelle Dufétel est une maman de 3 enfants âgés de 10 mois, 4 ans et 6 ans. Juriste en droit social puis manager RH dans une grande entreprise pendant 10 ans, elle est particulièrement sensible au sujet de la conciliation vie privée/vie professionnelle. Elle a ainsi fondé en 2014 un centre de formation et de coaching "Bboosst" pour accompagner entreprises & salarié(e)s parents engagés dans leur carrière au moment de la naissance d'un enfant à travers des programmes de coaching innovants. Son domaine de prédilection est "l'égalité professionnelle au service de la performance sociale et économique des entreprises". Membre de Professional Women's Network Paris (PWN), elle est formée en coaching systémique au sein d'International Mozaik (membre d'International Coaching Fédération).

Download and Read Online **Métro, boulot, petits pots ! - ou comment conjuguer vie pro et vie perso** Estelle Dufétel, Cécile Schneider #MDLWNBKJ8CE

Lire Métro, boulot, petits pots ! - ou comment conjuguer vie pro et vie perso par Estelle Dufetel, Cécile Schneider pour ebook en ligne Métro, boulot, petits pots ! - ou comment conjuguer vie pro et vie perso par Estelle Dufetel, Cécile Schneider Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Métro, boulot, petits pots ! - ou comment conjuguer vie pro et vie perso par Estelle Dufetel, Cécile Schneider à lire en ligne. Online Métro, boulot, petits pots ! - ou comment conjuguer vie pro et vie perso par Estelle Dufetel, Cécile Schneider ebook Téléchargement PDF Métro, boulot, petits pots ! - ou comment conjuguer vie pro et vie perso par Estelle Dufetel, Cécile Schneider Doc Métro, boulot, petits pots ! - ou comment conjuguer vie pro et vie perso par Estelle Dufetel, Cécile Schneider Mobipocket Métro, boulot, petits pots ! - ou comment conjuguer vie pro et vie perso par Estelle Dufetel, Cécile Schneider EPub

MDLWNBKHJ8CEMDLWNBKHJ8CEMDLWNBKHJ8CE