

# J'ALLEGE MON ESPRIT

EXERCICE EPISODE 74 - L'ESPRIT ET SES RÉPERCUSSIONS SUR NOTRE CORPS

Vous arrive t il parfois de laisser votre tête prendre le dessus sur les vraies envies ou besoins de votre corps selon vous? Comment cela se traduit il?

Quelles sont les pensées qui se cachent derrière ce qui se passe lors de ces situations?

Selon vous, de quoi votre corps a réellement besoin aujourd'hui et pourquoi ne parvenez vous pas à vous l'apporter? Comment pourriez vous remédier à cette situation avec ce que vous savez de vous, et les outils dont vous disposez?

Pour me soumettre votre fiche, rien de plus simple, renvoyez la, remplie en ligne, à l'adresse suivante : [julielapresle@yahoo.com](mailto:julielapresle@yahoo.com)

[WWW.JULIELAPRESLE.COM](http://WWW.JULIELAPRESLE.COM)



**Julie Lapresle**

COACH EN DÉVELOPPEMENT PERSONNEL