

PARU DANS



16 JUILLET 2026



Le coaching bien-être sur mesure **PATRICIA H. BALAVOINE**

Psychogénéalogie pour démêler les fils de son histoire, gemmothérapie pour se soigner avec les bourgeons des plantes, ondes scalaires ou huiles essentielles pour apaiser son mental... Curieuse, passionnée par son métier, la coach Patricia Balavoine saura trouver la technique de bien-être la plus adaptée à vos besoins. Formée à l'institut de Coaching International (ICI) de Genève, elle reçoit à Paris, en Charente-Maritime (dans un magnifique cabinet ouvert sur la nature) ou en visioconférence pour tous types de problématiques: ruptures de vie, manque d'estime de soi, anxiété, difficultés spécifiques aux « aidants »... « Dans une vie, il faut souvent se reconstruire



et pour cela, il est essentiel d'apprendre à s'apprécier soi-même sans chercher à ressembler à quelqu'un d'autre » explique-t-elle. Son petit plus: une foule d'exercices et de conseils concrets (respiration, alimentation, sommeil...) pour retrouver sérénité et amour de soi.

www.patriciahbalavoine.com - [ilesa.fr](https://www.instagram.com/ilesa.fr)
06 38 83 13 06 - patricia@patriciahbalavoine.com