COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Jennyfer Sitouze

Pas à pas vers l'équilibre
Ma méthode positive pour concilier entreprise et vie de famille

Développement personnel

ISBN : 9782322516780
N° BoD : 21894869
Format : 12 x 19 cm - 160 pages
Couverture rigide

Prix de vente : 19,99 €

Commandes librairies : **Directement auprès de BoD**

Tel. : +33 (0)3 72 88 16 00
Contact : info@bod.fr

Exemplaires presse : journaliste, blogueur ou influenceur, faites votre demande pour l'envoi du livre gratuit : presse@bod.fr

Acheter en librairie de proximité

RÉSUMÉ

Et si vous étiez plus près de vos rêves que vous ne l'imaginez ?

Dans ce livre inspirant, Jennyfer partage son parcours, révélant comment elle a transformé ses défis financiers et relationnels en tremplins vers le bonheur. Ce n'est pas une biographie, mais une invitation à prendre en main votre destin. Chapitre après chapitre, elle explore des thèmes essentiels comme la résilience, la détermination et l'intelligence émotionnelle, montrant comment chaque échec peut devenir une opportunité de se réinventer. Jennyfer vous entraîne dans un voyage de développement personnel, où les doutes deviennent des chances et où libérer votre potentiel devient possible. À travers des stratégies concrètes, elle vous guide pour reprendre le pouvoir sur votre vie et vous rapprocher de la réalité que vous méritez.
Votre nouvelle vie commence ici.

Êtes-vous prêt à faire le premier pas ?...

E-mail : sitouze.jennyfer@yahoo.fr
Tél. : 06 93 87 20 62

Pas à pas vers l'équilibre
Ma méthode
positive pour concilier
entreprise et vie de famille
Jennyfer Sitouze

BoD

Jennyfer Sitouze est une entrepreneuse passionnée qui n'a jamais occupé de poste salarié. Ayant quitté l'école à 16 ans, elle s'est toujours attachée à se former et à évoluer.

Aujourd'hui, elle est directrice-gestionnaire de sa micro-crèche, « Les Ti'kalous », où elle met à profit son expertise en tant qu'éducatrice de jeunes enfants.

Mariée et mère de trois enfants, elle a toujours jonglé entre sa vie professionnelle et personnelle, s'efforçant de concilier l'éducation de ses enfants avec sa carrière et ses relations.

Face à des échecs financiers et relationnels, elle a su se relever avec résilience.

Comme le disait Nelson Mandela : « Cela semble toujours impossible, jusqu'à ce qu'on le fasse. » Son parcours reflète cette détermination et ces valeurs, qu'elle souhaite transmettre à travers son livre.

@jenny_stz_life
@jennystzlife
Jenny Stz
Jennyfer Sitouze

Extrait ...

C'est à ce moment précis que j'ai réalisé l'importance de se poser des questions et d'introspecter, cela consiste à examiner ses propres pensées et émotions pour mieux comprendre son comportement et son état d'esprit.

Pourquoi cette jalousie ? Pourquoi cette frustration ? En cherchant à comprendre mes émotions, j'ai commencé à épurer, c'est-à-dire enlever tout ce qui est superflu, réduire à l'essentiel mes angoisses pièce par pièce. Étais-je en désaccord avec mes choix ? Avec mes priorités ? Était-ce quelque chose d'inné ou ma vie professionnelle qui créait un décalage ?

L'une des premières étapes de ce parcours a été d'accepter que tout ne tournait pas rond. C'est un processus difficile, car nous avons souvent tendance à dissimuler nos vulnérabilités. Pour ma part, je n'osais pas dire que je n'étais pas bien et prétendais que tout allait bien...

Books on Demand
31 avenue Saint-Rémy 57600 Forbach France
+33 (0)3 72 88 16 00 - info@bod.fr
www.bod.fr