



Préparer son mental pour viser la performance

Réunion en ligne le 14 juin 2022 à 14h30

Durée 1h00

Objectifs :

Comment avoir un mental d'acier, capter le positif et anticiper la réussite et les succès

Plan indicatif :

Identifier ce qui caractérise un mental de gagnant
Savoir repérer le positif dans les actes quotidiens
Apprendre à stimuler son cerveau
Sortir de sa zone de confort cognitive
Savoir identifier ses canaux de prédilection sensoriels.
Apprendre à visualiser la réussite par l'imagerie mentale
Savoir rebondir et apprendre de ses erreurs

ORGANISME DE GESTION AGREE DES PROFESSIONNELS INDEPENDANTS ET LIBERAUX

Siège social : 1 Avenue Quirinal – Bâtiment B – BP 12 – 40001 MONT DE MARSAN CEDEX – Tél. : 05 58 06 15 51 – mdm@ogapil.fr

Bureau secondaire : Imm. Le Boccard – 23 Rue de Savoie – 74700 SALLANCHES – Tél. : 04 50 47 92 98 – sallanches@ogapil.fr

Agrément du 1^{er} août 2017 – Direction Régionale des Finances Publiques de Bordeaux – OGA 103400 – Siret 343 651 162 00038 – APE 6920Z

www.ogapil.fr