

BON ANNIVERSAIRE À

Sylvie Leyssales, coach de vie

Chaque jour, DL met en avant une personnalité dont c'est l'anniversaire et qui fait le point sur son activité personnelle, son association, son entreprise ou son club sportif.

Aujourd'hui, DL souhaite un bon anniversaire à **Sylvie Leyssales, coach de vie à Périgueux**. Elle souffle ses **58** bougies.

Dordogne Libre : Quand avez-vous créé Life coach Périgueux ?

Sylvie Leyssales : « Il y a maintenant trois ans. Je suis installée 43 rue Antoine-Gadaud. Devenir coach de vie est une reconversion professionnelle. C'est une véritable passion. »

DL : Qui sont les gens qui viennent vous voir ?

S. L. : « Je travaille avec des particuliers. Les gens qui viennent me voir ont de 20 à 80 ans. Ils sont à un tournant de leur vie, ils s'interrogent. Je les aide à prendre la bonne décision. Venir me voir n'est pas une démarche facile. Je vais avec eux au plus profond d'eux-mêmes. Certains pleurent parfois. Mais une fois qu'ils se sont libérés, ils avancent. Et beaucoup me rappellent pour me donner des nouvelles ou m'envoyer des amis. »

DL : La Covid-19 a-t-elle chamboulé votre façon de travailler ?



S. L. : « Bizarrement non. Le confinement a surtout permis à mes clients de se poser et de réfléchir à leurs projets. Et grâce au téléphone, j'ai pu continuer à poursuivre mes séances. »

DL : Quels sont vos projets ?

S. L. : « Continuer le plus longtemps possible ! (rires). Je n'ai pas envie de devenir une multinationale. Ce qui me motive c'est le côté humain, venir en aide à celles et ceux qui ont perdu des repères. Il faut dire que l'on vit une époque - entre les crises sani-

taire et économique - où les gens en ont gros sur la patate. »

DL : Que peut-on vous offrir pour votre anniversaire ?

S. L. : « Mieux faire connaître le coaching de vie. »