



MA ROUTINE

MON
pourquoi
WHY



MA
routine quotidienne idéale
MY DAY

Heure Je CHOISIS de

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H

H



MARIE-ANDRÉE LAVOIE

Coach, thérapeute énergétique et
entrepreneure spirituelle
Événement Δ Coaching Δ Méditation & breathwork

⌚ Facebook - Messenger

✉️ marie.andree.lavoie@hotmail.com

🌐 www.marieandrelavoie.ca

📍 60 rue des Écureuils
Saint-Étienne-des-Grès