

Gérer ses défis professionnels ne s'improvise pas.  
PopCoach apporte des repères pour prendre du recul et agir au quotidien.

## Vous êtes concernés si :

**01**

Vous ressentez du stress ou une surcharge

**02**

Vous manquez de clarté dans vos décisions

**03**

Vous perdez en motivation ou en énergie

**04**

Vous traversez des situations complexes

Une application de coaching IA pour gérer son quotidien professionnel et avancer pas à pas.

## L'application vous aide à :

### Comprendre

Prendre du recul sur vos situations

### Progresser

Installer une dynamique durable

### Agir

Passer à l'action de façon concrète

### Décider

Clarifier vos choix et priorités

L'accompagnement se déroule en **plusieurs étapes** :



Téléchargez  
l'application !

## Notre Mission

Notre mission est de :

- Rendre le coaching accessible à tout moment
- Aider chacun à mieux gérer son quotidien pro
- Favoriser le passage à l'action concret
- Permettre une progression continue

## Concrètement, comment ça fonctionne ?

- Des sessions rapides de 5 à 10 minutes
- Un coach IA qui vous répond en temps réel
- Un suivi continu de votre évolution
- Une utilisation simple, au quotidien

## Pourquoi utiliser PopCoach ?

- Un accompagnement disponible à tout moment
- Des réponses adaptées à vos situations réelles
- Un format court, simple et activable
- Une progression visible dans la durée