

## LANCEMENT D'UN AGENDA DÉDIÉ AU DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

### AGENDA MAB 9M

« RELEVEZ LE DÉFI D'ATTEINDRE VOS OBJECTIFS DE VIE EN 9MOIS »

Parution  
le 6 octobre 2017

#### PRÉSENTATION

Paris, le 26 septembre 2017 – depuis un an, jour pour jour, une vague de changement s'opère dans une vie. Une idée pensée, un projet déployé et enfin LA concrétisation ! Insufflé par la détermination de vivre une vie harmonieuse et épanouissante avec comme challenge d'embarquer des hommes et des femmes ayant le même désir, l'idée de créer un agenda non daté **alliant productivité, bien être et croissance personnelle** a été mûrie dans le but de proposer un outil de planification et d'organisation hebdomadaire, qui fait bien plus que son rôle traditionnel.

L'**Agenda MAB 9M** est conçu sur la base d'une réflexion : faire évoluer tous les domaines principaux de vie au travers d'un projet de vie global. Un programme personnel de motivation, d'inspiration, de clarification de ses buts y est intégré avec une mission essentielle : améliorer la qualité de vie des gens en les incitant à passer à l'action un peu chaque jour sur les projets de vie qui leur sont importants.

#### DES RESSOURCES COMPLÉMENTAIRES

Un **guide complet** en version numérique accompagne l'Agenda MAB 9M afin d'optimiser la bonne compréhension du concept, et de son utilisation. Et bien plus encore avec des astuces, des techniques, des bonus qui permettent d'accroître sa productivité.

Un **livret de « découverte »** est offert pour expliquer le sens de la démarche et l'apport de cet outil. Son auteure qui partage son expérience dans ce livret invite toutes les personnes interpellées par ce projet à l'y joindre dès son lancement. Ce livret est donc disponible gratuitement par téléchargement sur [www.agendamab.com](http://www.agendamab.com), Facebook, et YouTube.



Caractéristiques :

ISBN : 978-2-9559978-0-2  
PRIX DE VENTE PUBLIC : 37 € TTC

FORMAT : 15 X 21 CM  
224 PAGES

COUVERTURE RIGIDE ASPECT CUIR

Contact presse :

TATIANA MABITA - 06 28 56 90 44  
[CONTACT@AGENDAMAB.COM](mailto:CONTACT@AGENDAMAB.COM)

Retrouvez-nous sur :  
[AGENDAMAB.COM](http://AGENDAMAB.COM), [FACEBOOK](#), [YOUTUBE](#)  
ET [AMAZON](#)



# AU SUJET DE L'AUTEURE ANTOINETTE MABITA

Née en 1977 à Kinshasa RDC, Antoinette MABITA est arrivée en France avec sa famille pour s'installer à Paris pendant sa préadolescence. Elle adoptera depuis, ce pays pour toujours. Passionnée de la mode, elle y oriente ses études pour obtenir un BTS et plus tard une licence en Qualité, Sécurité et Environnement.

Ce qui lui a permis de mener une carrière d'abord de modéliste puis de coordinatrice Qualité dans le milieu de la mode. Mère de famille de trois jeunes enfants (12, 6 et 3 ans), elle est sursollicitée en permanence par ses multiples obligations où elle ne s'autorise que rarement un lâcher-prise.

Très vite, elle prend la décision de rechercher un équilibre entre sa vie professionnelle et privée en démarrant une démarche d'amélioration personnelle afin de trouver un équilibre de vie. De cette période de réflexion, émerge un fort désir de réorientation professionnelle dirigée vers l'entrepreneuriat, sur un projet qui l'inspire, qui donne du sens à ses nouvelles aspirations et en lien étroit avec ses apprentissages. Les raisons qui l'incitent à créer sa propre activité hormis le fait de saisir l'opportunité de répondre à un besoin, c'est la détermination de reprendre le contrôle de son temps ; une quête de liberté qui passe par sortir de sa zone de confort pour permettre d'écrire une nouvelle page de son histoire.

