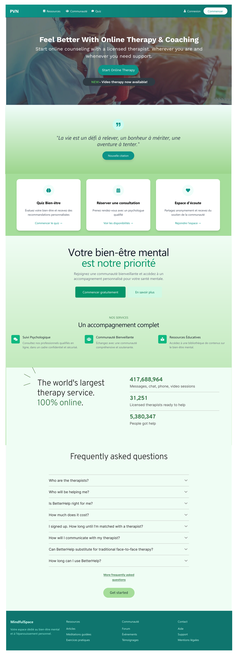
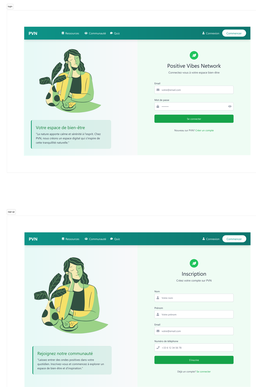
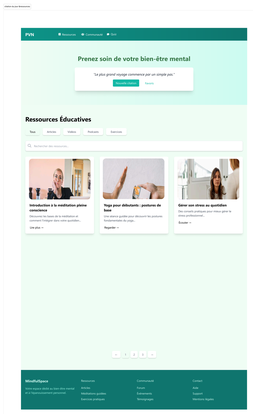
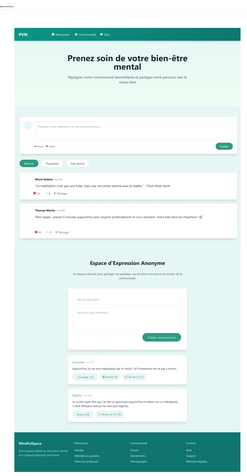
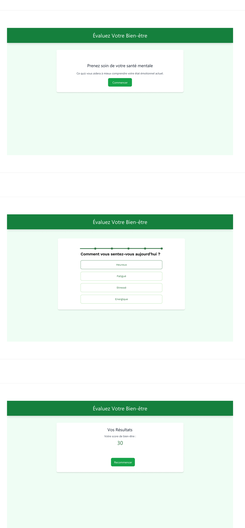

PVN
Ressources
Communauté
Qui
Connexion
Inscription
Feel Better With Online Therapy & Coaching
Start online counseling with a licensed therapist. Wherever you are and whenever you need support.
Find a Online Therapist
HELPFUL Video therapy now available!
"La vie est un défi à relever, un bonheur à mériter, une aventure à tenter."
Découvrir plus
Quiz Bien-être
Évaluez votre bien-être et recevez des recommandations personnalisées.
Commencer le quiz →
Réserver une consultation
Prenez rendez-vous avec un psychologue qualifié
Voir les disponibilités →
Espace d'écoute
Partagez anonymement vos ressentis dans un cercle de la communauté
Rejoindre l'espace →
Votre bien-être mental est notre priorité
Rejoignez une communauté bienveillante et accédez à un accompagnement personnalisé pour votre santé mentale.
Commencer gratuitement
En savoir plus
NOS SERVICES
Un accompagnement complet
Suivi Psychologique
Rencontrez des professionnels qualifiés en toute bienveillance et confidentiel et sécurisé
Communauté Bienveillante
Partagez votre ressenti et trouvez du soutien dans un espace sécurisé et anonyme
Ressources Éducatives
Accédez à des articles, podcasts et témoignages de centaines sur le bien-être mental.
The world's largest therapy service. 100% online.
417,688,964
Messages, chat, phone, video sessions
31,251
Licensed therapists ready to help
5,380,347
People got help
Frequently asked questions
Who are the therapists?
Who will be helping me?
Is Betterhelp right for me?
How much does it cost?
I signed up. How long until I'm matched with a therapist?
How will I communicate with my therapist?
Can Betterhelp substitute for traditional face-to-face therapy?
How long can I use Betterhelp?
More frequently asked questions
Get started
MindfulSpace
Votre espace dédié au bien-être mental et à l'épanouissement personnel.
Ressources
Articles
Méditations guidées
Exercices pratiques
Communauté
Forum
Événements
Témoignages
Contact
Aide
Support
Mentions légales


PVN
Ressources
Communauté
Qui
Connexion
Inscription
Positive Vibes Network
Connectez-vous à votre espace bien-être
Email
votre@email.com
Mot de passe
Votre mot de passe
S'inscrire
Rejoignez une communauté
Partagez votre ressenti et trouvez du soutien dans un espace de bien-être et d'inspiration.
Votre espace de bien-être
Rejoignez une communauté bienveillante et trouvez votre place.
Déjà un compte? Se connecter

PVN
Ressources
Communauté
Qui
Connexion
Inscription
Créez votre compte sur PVN
Nom
Votre nom
Prénom
Votre prénom
Email
votre@email.com
Numéro de téléphone
+33 6 12 34 56 78
S'inscrire
Déjà un compte? Se connecter

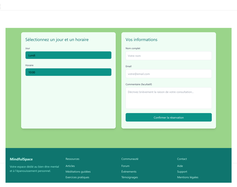

PVN
Ressources
Communauté
Qui
Prenez soin de votre bien-être mental
"Le plus grand voyage commence par un simple pas."
Découvrir le quiz
Ignorer
Ressources Éducatives
Tout
Articles
Vidéos
Podcasts
Exercices
Rechercher des ressources...
Introduction à la méditation pleine conscience
Découvrez les bases de la méditation et comment l'intégrer dans votre quotidien.
Lire plus →
Yoga pour débutants : postures de base
Une séance guidée pour découvrir les postures fondamentales de yoga.
Regarder →
Gérer son stress au quotidien
Des conseils pratiques pour mieux gérer le stress au quotidien.
Écouter →
MindfulSpace
Votre espace dédié au bien-être mental et à l'épanouissement personnel.
Ressources
Articles
Méditations guidées
Exercices pratiques
Communauté
Forum
Événements
Témoignages
Contact
Aide
Support
Mentions légales


PVN
Ressources
Communauté
Qui
Prenez soin de votre bien-être mental
Rejoignez notre communauté bienveillante et partagez votre parcours vers le mieux-être
Partagez votre expérience ou une question...
Anonyme
Publier
Récents
Populaires
Mes Sujets
Marie Dubois · 2 h
"La méditation n'est pas une fuite, mais une rencontre sereine avec la réalité." - Thich Nhat Hanh
0
1
Partager
Thomas Martin · 1 h
Petit rappel : prenez 5 minutes aujourd'hui pour respirer profondément et vous reconnecter. Votre bien-être est important !
0
1
Partager
Espace d'Expression Anonyme
Un espace sécurisé pour partager vos pensées, vos émotions et nourrir la cuisine de la communauté
Pseudo (facultatif)
Exprimez vous librement...
Publier anonymement
Anonyme · 1 h
Aujourd'hui je me sens dépassé(e) par le travail. J'ai l'impression de ne pas y arriver...
Comprends-tu
Moi aussi
Courage (1)
Anonyme · 1 h
Je suis allé(e) dans quoi je bien un grand pas aujourd'hui en allant voir un thérapeute. Je ne pensais jamais que ça me serait aussi difficile.
Bravo (2)
Merci de dire ça
MindfulSpace
Votre espace dédié au bien-être mental et à l'épanouissement personnel.
Ressources
Articles
Méditations guidées
Exercices pratiques
Communauté
Forum
Événements
Témoignages
Contact
Aide
Support
Mentions légales

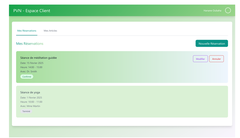

Évaluez Votre Bien-être
Prenez soin de votre santé mentale
En quoi vous aidez-vous à mieux comprendre votre état émotionnel actuel
Commencer

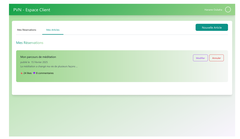
Évaluez Votre Bien-être
Comment vous sentez-vous aujourd'hui ?
Heureux
Fatigué
Stressé
Énergique

Évaluez Votre Bien-être
Vos Résultats
Votre score de bien-être
30
Suivant


Sélectionnez un jour et un horaire
Vos informations
Commentaires (facultatif)
Partagez brièvement le motif de votre consultation
Confirmer la réservation
MindfulSpace
Votre espace dédié au bien-être mental et à l'épanouissement personnel.
Ressources
Articles
Méditations guidées
Exercices pratiques
Communauté
Forum
Événements
Témoignages
Contact
Aide
Support
Mentions légales

PVN
Tableau de bord
Tableau de bord
Réservations
Prochaines réservations
Articles récents


PVN - Espace Client
Mes Réservations
Mes Articles
Espace de méditation guidée
Espace de yoga


PVN - Espace Client
Mes Réservations
Mes Articles
Mes Réservations
Mon parcours de méditation