

L'accompagnement en coaching-thérapie

- Le pacte transformation -

**Bien plus qu'un nouveau cap,
une renaissance personnelle et professionnelle.**

Vous sentez que vous êtes à un carrefour. Le cadre actuel ne vous suffit plus, et les solutions "standards" sont trop étroites pour la personne que vous devenez.

Que vous soyez une femme en quête d'alignement ou un homme sensible cherchant à transformer sa perception en force, cet espace est le vôtre. Ici, nous ne suivons pas de sentiers battus : nous créons votre propre modèle.

Clarifier le présent, bâtir votre renouveau



Qu'il s'agisse :

- **d'un tournant personnel** - *séparation, divorce, déménagement, crise du milieu de vie, préparation de sa retraite, besoin de redonner du sens à son quotidien, concrétiser un projet personnel, ...*
- ou **d'un besoin de renouveau professionnel** - *reconversion, changement choisi ou subi de métier ou d'entreprise, concrétiser un projet pro, ... ,*

Ces périodes de changement sont essentielles. Elles permettent de faire le tri et de redéfinir vos priorités.

Nous transformons ensemble ces phases d'incertitude en un socle solide pour vos projets à venir.



Un accompagnement en 2 ou 3 étapes

Pour que le **changement** soit **profond et durable**, mon approche articule 2 ou 3 étapes **selon votre besoin** :

- **Le Point (Anamnèse)** : Avant d'agir, nous explorons. Nous réalisons un état des lieux complet de votre histoire, de vos blocages et de vos ressources. Comprendre d'où vous venez est la clé pour définir où vous voulez réellement aller.



- **Le Soin (Thérapie)** : Avant de construire, il faut consolider. J'utilise mes outils thérapeutiques (*sonothérapie, équi-émotions / équi-coaching, coaching par la nature, sylvothérapie, ...*) pour apaiser les blessures de la transition, libérer les charges émotionnelles et restaurer votre sécurité intérieure.



- **L'Élan (Coaching)** : Une fois les fondations restaurées, nous passons à l'action. Nous élaborons votre plan d'action stratégique et je vous accompagne côte à côte dans sa mise en place concrète.



Ce qui va changer pour vous

La force de cet accompagnement, c'est d'avoir un allié stratégique qui garde le cap sur votre plein potentiel, même quand vous êtes focalisé sur l'obstacle.

- **Clarté intérieure** : Identifier ce qui vous anime vraiment pour aligner vos choix de vie (perso) et/ou vos ambitions (pro) sur vos besoins profonds.
- **Posture Affirmée** : Oser de nouveaux choix — changer de métier, redéfinir vos relations, transformer votre quotidien, ...— sans jamais avoir à masquer votre nature profonde.
- **Vitalité Retrouvée** : Transformer votre sensibilité en un levier d'action pour avancer avec fluidité, sans vous épuiser.



Mon pacte avec vous : Je suis le soutien qui vous révèle, vous êtes l'acteur de votre changement.



En choisissant cet accompagnement signature, **vous investissez dans un partenariat de transformation.**

Je mets à votre disposition **mon intuition, mes outils et ma vision stratégique.**



Mais **la métamorphose a une condition : votre engagement.**

Je sécurise le périmètre et je marche à vos côtés, mais c'est à vous qu'il revient d'oser poser les actes qui feront de ce prochain chapitre une réalité.

Alors, prêt(e) à écrire votre futur, sans compromis ?

Tarifs de l'accompagnement :
Séance d'1h : 60€ - Séance d'1h30 : 90€

**PENSEZ A RÉSERVER VOTRE
APPEL DECOUVERTE**