

Approche systémique du coaching et du développement des potentiels, il s'agit d'une formation alliant à la fois la formation spécifique aux besoins de l'entreprise et le développement de soi, du bien-être en entreprise, pour faire de celle-ci une réussite...

Quelques exemples : Réduction de l'absentéisme, Résolution de situations conflictuelles, Cohésion d'équipe, Augmentation de la motivation, Suppression du stress au travail et des risques psychosociaux (burnout, ...), Le bien-être au travail, L'efficacité organisationnelle, Révélation et développement des potentiels, Le leadership., La gestion de la communication.

Tarif : - 1 séance d'une heure à 50 €

Forfaits :

- 2 heures à 90 €	- 10 heures à 350 €
- 3 heures à 120 €	- 15 heures à 480 €
- 5 heures à 190 €	- 20 heures à 600 €

Uniquement sur rendez-vous pour les séances et les formations.

NB: Tarifs réduits pour les personnes à faible revenu (RSA, chômeurs, etc...)

Tarifs entreprise et formations : autres tarifs appliqués, variables en fonction de la demande.

Votre coach est un professionnel diplômé et accrédité par le Réseau SF Évolution. Le Réseau SF Évolution est la garantie d'être accompagné par un professionnel de haut niveau. Il exerce son métier dans le respect du code de la déontologie de la profession.

- Diplôme Universitaire, DEUG en Sciences Humaines et Sociales à l'USHS.
- Diplôme Universitaire, Licence en Sciences du Comportement à l'ULP.
- Certification de Coach, Formatrice, Consultante à l'Ecole de Coaching SF Evolution.
- Certification de Praticienne en Psychothérapie à l'Ecole de Thérapie Brève SF Evolution.
- Certification de Coach Energétique en Santé Naturelle et Praticienne de l'EFT.

 2a, rue des merles 67470 Niederroedern (près de Seltz)
(au cabinet, à domicile; en entreprise ,via Skype, ou par téléphone)

 mastio.sylvie@orange.fr

 www.mastio-sylvie.fr

 06 85 21 85 12

 Coach, Consultante, Praticienne en Psychothérapie certifiée Sylvie Mastio



SYLVIE MASTIO



COACH - FORMATRICE - CONSULTANTE

Développement Personnel et Professionnel - Psychothérapie
Santé Alternative et Intégrative - Conseil en Entreprise

- **Coaching PNL** (Programmation Neuro Linguistique)
Accompagnement au changement.
- **Thérapie Brève – Approche systémique.**
- **Soutien psychologique – Relation d'aide.**
- **Méditation Guidée – Relaxation Profonde.**
- **E.F.T. (Emotional Freedom Techniques)** : Acupressure, pressions avec les doigts sur les méridiens du corps.
- **Thérapie Energétique en Santé Naturelle** : Transmission d'énergie vitale et curative dans votre corps, pour réactiver votre auto-guérison.
- **Guérison Spirituelle et Holistique** (corps, âme, esprit).
- **Harmonisation Energétique et Magnétisme** (êtres vivants, habitat).

« Pour votre équilibre physique, émotionnel et psychologique,
pour votre mieux-être, ou simplement pour vous détendre,
optez pour la solution qui vous ressemble ! »

LE COACHING

Pour un accompagnement au changement, le Coach travaille avec vous en utilisant des outils issus de la psychologie, de la PNL (programmation neuro linguistique), de la thérapie brève et de la relation d'aide.

Personnes concernées : Adultes tout âge, adolescents.

Pour quoi ? Vous devez affronter une situation complexe ? Vous cherchez des solutions ? Vous vivez des difficultés ? Grâce au Coaching ou aux Thérapies Brèves, vous pourrez :

- devenir acteur de votre vie et lui donner du sens.
- développer votre confiance en soi et votre estime de soi.
- développer votre charisme et votre affirmation de soi.
- apprendre à mieux vous connaître (forces, atouts...)
- gestion du stress, gestion du temps.
- libérer votre anxiété, dépression, burn out.
- gestion des conflits - Communiquer efficacement.
- prendre des décisions, gestion des émotions.

Selon vos besoins, votre coach peut aussi établir votre profil de personnalité en utilisant le MBTI, indicateur de personnalité le plus utilisé au monde, pour découvrir vos forces, votre potentiel, vos préférences professionnelles, améliorer votre communication.

THÉRAPIE ET HARMONISATION ÉNERGÉTIQUE EN SANTÉ NATURELLE

Déroulement d'une séance : Allongé sur une table de soin, vous vous déchaussez et bercé par une musique douce, vous appréciez les énergies curatives, infusés en vous.

Personnes concernées : Adultes tout âge, adolescents, enfants, bébés.

REMARQUE IMPORTANTE : Les thérapies ne remplacent pas votre traitement médical, mais le complètent. Consultez toujours votre médecin pour un diagnostic de votre état de santé. C'est aussi à lui, de constater et de confirmer votre guérison grâce à des examens appropriés.

Exemples de mieux-être grâce aux séances énergétiques :

Mal au dos, aux cervicales, TMS (troubles musculo squelettique) - douleurs musculaires, articulaires ou des cervicales - migraine - insomnie – anxiété - angoisse – dépression – burn out - stress – fatigue – asthénie nerveuse - Asthénie – hyperactivité – épuisement émotionnel – colère – tristesse.

Tous types de douleurs, mal-être physiques, émotionnels, psychiques, psychologiques, énergétiques, spirituels...

LA MÉDITATION GUIDÉE



Déroulement d'une séance : Allongé sur une table de soin, vous vous laissez guider par ma voix, dans une ambiance relaxante... A la découverte de votre Moi Intérieur, en fonction de vos attentes, de vos besoins, vous atteignez progressivement un extraordinaire état de bien-être profond.

Personnes concernées : Adultes tous âges, adolescents et enfants.

- éliminer le stress, l'anxiété, la dépression.
- maîtriser le mental et se connecter à votre plein potentiel.
- améliorer sa santé et renforcer son système immunitaire.
- se libérer des insomnies, des pensées négatives
- retrouver sa joie de vivre, lâcher prise.

FORMATIONS PROPOSÉES

• **Formation du système énergétique « Guérisseuse de Lumière »** : apprentissage et approche didactique, d'outils, techniques et thérapies énergétiques en santé naturelle pour soi et les autres, en 4 étapes.

• **Formation en Lythothérapie** : apprentissage de techniques, outils et thérapies en santé naturelle par le biais de cristaux.

• **Formation au Coaching psycho-neuro-actif** : Apprendre les bases, les techniques et les outils du coaching pour son développement personnel et professionnel et pour apprendre à accompagner les personnes au changement.

• **Formation à la PNL** (programmation-neuro-linguistique).

POUR VOTRE REUSSITE ET VOTRE EPANOUISSEMENT PERSONNEL ET PROFESSIONNEL, OSEZ LE CHANGEMENT !