

LE CONSULENZE CHE CREANO PERCORSI E STILI DI VITA IN UNA VISIONE OLISTICA GLOBALE:

- Percorsi Olistici in base alla persona, tramite consulenze specifiche tenute da figure professionali esperte quali il Manager del Benessere®, Trainer Olistico®, Wellness Coach®, Naturopata ed Estetologo.

▫ Il **Wellness Coaching®** è una metodologia che mira al raggiungimento del benessere, dell'armonia e dello splendore nelle diverse dimensioni della vita quotidiana mantenendo elevato il proprio stato di carica positiva. Il Wellness Coaching parte dal presupposto che il cambiamento nasca e si sviluppi dall'interno. E' possibile *'allenarsi al benessere per raggiungere il benessere'*. Splendere, nel quotidiano, diventa quindi una sfida raggiungibile. Nel **Wellness Coaching®**, si elabora un percorso integrato individuale o di gruppo che aiuta a raggiungere gli obiettivi, migliorare le performance, le relazioni, la visione di sé. Al suo interno comprende un percorso attivo con musica, massaggi, aromi, cromoterapia, fiori di Bach, test bioenergetici, intolleranze alimentari, percorsi per smettere di fumare, miglioramento fisico, emozionale e molto altro. L'obiettivo è quello di migliorare le performance e mettere in grado di far emergere in ogni individuo tutte le potenzialità, risorse ed il naturale splendore. Un metodo per esprimere il meglio e riequilibrare qualsiasi dimensione della vita! Si viene seguiti passo per passo e si ottengono risultati reali, concreti, in breve tempo, si sviluppano le potenzialità, si migliorano le prestazioni, ci si sente meglio fisicamente ed emozionalmente. Per la vita privata, lavorativa, per lo sport, per i team.

▫ Il nostro servizio di **Consulenza d'Immagine** si perfeziona attraverso una serie di percorsi tra loro integrati e perfezionati rivolti a coloro che mirano al miglioramento della propria immagine interiore ed esteriore. Il servizio prevede consulenza su come elaborare una migliore immagine personale, un percorso olistico sulla propria immagine interiore, sul migliorare e condurre con efficacia i propri stati d'animo, le relazioni, la gestione dello stress, sul come vedersi e farsi vedere al meglio: autostima, motivazione, nonché consigli sulla scelta di accessori moda, abbigliamento, trucco, immagine estetica generale, integrando l'utilizzo di tecniche benessere, olistiche e gli ultimi trend in ogni settore. Consulenza d'immagine personale ed aziendale: l'immagine nella vita privata, nello sport, nello spettacolo, in politica, nella carriera

LE CONSULENZE OLISTICHE SPECIALIZZATE:

- **Gestione dello Stress e Tecniche di Rilassamento:** Allenati ad essere sempre alla grande! Tecniche di rilassamento, respirazione, inseriamo trucchi per organizzare al meglio la nostra vita personale e lavorativa, attraverso laboratori mentali e pensiero positivo, tecniche ed esercizi utili per noi e per relazionarci con il nostro privato e con la vita lavorativa. La consulenza è rivolta a privati, professionisti, sportivi. Si organizzano sessioni all'interno di aziende, attività commerciali, call center attraverso consulenze sia one to one che di gruppo.
- **Fiori di Bach:** Colloquio consulenza sui fiori di Bach, che con la loro energia vibrazionale ci aiutano a superare Paura, Incertezza, Disinteresse per il Presente, Solitudine, Ipersensibilità, Depressione, Cura Eccessiva per gli altri
- **Cromoterapia e cronologia emozionale:** Riequilibrio energetico, fisico ed emozionale tramite l'utilizzo dei colori e della penna luminosa
- **Aromaterapia:** Un bellissimo viaggio tra olii essenziali ed emozioni. Una consulenza che mira a risolvere i piccoli grandi problemi fisici ed emozionali tramite la scelta e l'utilizzo di oli essenziali
- **Cristalli & Co:** sessioni individuali di riequilibri energetici e vibrazionali tramite l'ausilio di cristalli. Vi aiuteremo, inoltre, a scegliere i cristalli per il vostro benessere in ufficio, in azienda e a casa, affinché si riattivi l'energia in voi ed in qualsiasi spazio voi frequentate.
- **Arte e Benessere:** creazione e inserimento di alcune opere d'arte all'interno di determinati ambienti personali (casa), lavorativi (uffici, aziende, attività commerciali e sportive) per migliorare l'apporto delle singole persone e la sintonia all'interno di uno staff, in estrema sintesi ogni spazio viene organizzato nel modo migliore per comunicare benessere (Holistic Coaching and Art for High Performance®).
- **Rilassamento Emozionale:** consulenza mira ad un rilassamento totale che coinvolga il corpo, la mente, lo spirito e le emozioni

LE NOSTRE CONSULENZE RIGENERAZIONE

- **Rigenerazione Respiratoria:** La Rigenerazione respiratoria si avvale di una serie di tecniche che lavorano su emozioni e respiro al fine di sbloccare e gestire al meglio ogni situazione personale, familiare, scolastica e lavorativa.
- **Rigenerazione Biocellulare:** La rigenerazione biocellulare è un efficace antidoloro, antinvecchiamento, post traumi sportivi

LE CONSULENZE SPECIFICHE

▫ **Intolleranze Alimentari:** stabilire la compatibilità degli alimenti con il nostro organismo tramite l'utilizzo di un test olistico energetico, consigli alimentari.

▫ **Smettere di Fumare:** elaborazione personalizzata di un efficace percorso per smettere di fumare

LE NOSTRE CONSULENZE AUTOSTIMA & CO.

- **Sviluppare l'Autostima:** Sviluppare la propria autostima e fiducia in sé, nel lavoro, nelle relazioni e nella vita privata
- **Il Talento:** la consulenza aiuta a riconoscere e far emergere il proprio innato talento in qualsiasi situazione di vita
- **Parlare in Pubblico:** consulenza riservata a chi ha bisogno di sviluppare la propria assertività e si trova per lavoro a dover parlare in pubblico
- **Emozioni Efficaci:** aiuta a gestire in maniera efficace le proprie emozioni
- **Il Team di Lavoro:** consulenza riservata a team di lavoro, aiuta a creare e sviluppare il giusto clima nei luoghi di lavoro
- **Vendere:** consulenza riservata ad operatori commerciali, consulenti della vendita, agenti, informatori, operatori di call center e molto altro.
- **Rilassamento Emozionale:** consulenza mira ad un rilassamento totale che coinvolga il corpo, la mente, lo spirito e le emozioni
- **Benessere nei luoghi di lavoro:** la consulenza aiuta a riorganizzare fisicamente, energeticamente ed emozionalmente in chiave olistica i luoghi di lavoro e gli spazi condivisi.
- **Work life Balance:** percorsi e consigli per gestire lo stress, le emozioni, le tensioni in ufficio. Riequilibrare e dare armonia al proprio luogo di lavoro.

LE NOSTRE CONSULENZE TECNICHE MANUALI

- **Tecniche Integrate di Massaggio:** un massaggio personalizzato, utilizzando le più note tecniche, dopo un'attenta valutazione della tipologia individuale
- **Massaggio Kinesiologico Emozionale:** Il massaggio kinesiologico emozionale si utilizza per far emergere i nostri blocchi emozionali dal passato e vivere meglio presente e futuro tramite la kinesiologia nel massaggio. Met. Wellness Coaching
- **Massaggio Respiratorio Vibrazionale:** la respirazione vibrazionale ci aiuta ad eliminare tensioni psicoemozionali, rilassarci e ricaricarci per affrontare al meglio la vita. Met. Wellness Coaching
- **Massaggio Aromatosensoriale:** la stimolazione dei sensi tramite aromi a seconda della tipologia base
- **Aromamassaggio:** l'utilizzo degli oli essenziali più comuni nel massaggio
- **Tecniche Manuali Centri Benessere:** le principali tecniche utilizzate nei migliori centri benessere.
- **Massaggio Antistress:** il massaggio che allevia tutte le tensioni psicofisiche
- **Massaggio 5 sensi:** Il massaggio che riporta in equilibrio ognuno dei nostri 5 sensi
- **Massaggio Viso:** Un mix di tecniche specifiche per il raggiungimento di un viso splendente
- **Massaggio Cromoterapico:** Il riequilibrio energetico dei chakra attraverso un massaggio che si avvale dell'utilizzo dei colori e della penna luminosa.
- **Massaggio Cromoterapico Amozionale:** Un massaggio personalizzato che si avvale dell'utilizzo dei colori secondo le tipologie del Wellness Coaching.
- **Baby Massage:** tecniche di massaggio per mamme e bambini
- **Riflessologia Auricolare, Palmare, Plantare:** eliminare tensioni fisiche ed emozionali tramite il riequilibrio energetico dei punti del corpo riflessi nell'orecchio, sul piede e nella mano.