

UN AVEC SOI

COACHING EN GROUPE

MARS

2022



Claudia Martellino

QUI SUIS-JE?

CLAUDIA MARTELLINO

- Je suis coach professionnelle certifiée en PNL, en hypnose et neurosciences; certifiée ACC (Associate Certified Coach) de ICF
- Je détiens un Bac en activité physique (UdeM)
- Je suis une ancienne athlète (IFBB Pro & Powerlifting) et policière

J'ai à coeur de contribuer à un monde meilleur et je crois qu'harmoniser le corps, la tête, l'esprit et l'âme fait parti de cette contribution. J'accompagne des professionnels d'expérience à retrouver la motivation, à passer à l'action que ça soit dans des projets personnels, relationnels ou professionnels. à retrouver le chemin de l'alignement de la tête, du coeur et de l'esprit.

En 2020, suite à la pandémie et vers la fin de mon parcours de coach, j'ai lancé la toute première version de ce programme de coaching en groupe. Étant convaincue de la puissance du groupe ayant été impliquée pendant plus de 16 ans dans des ateliers en groupe, j'ai choisi de créer une expérience de coaching en groupe afin de bénéficier de cette puissance.

La version 2022 comporte encore plus de richesses ayant moi-même ajouté de nouvelles formations à mon bagage et ayant accompagné près d'une centaine de personnes dans les deux dernières années.

Un avec soi s'appuie sur trois piliers pour une reconnexion à soi et pour retrouver sa pleine puissance au quotidien. Je suis fière de vous accompagner sur ce chemin d'alignement et de reconnexion!



Claudia Martellino
coachingaum.ca

UN AVEC SOI

En mars 2022, le programme de coaching en groupe UN AVEC SOI revient en force dans une version réinventée et bonifiée. Pour une deuxième fois, j'ai le privilège de créer un cercle de coaching en groupe afin qu'ensemble nous puissions retrouver le chemin de l'alignement, de la reconnexion à soi et enfin passer à l'action tout en reprenant la maîtrise de sa vie.

**Le programme UN AVEC SOI, c'est un voyage en huit étapes qui nous permettra à chaque semaine de faire escale dans une destination qui nous rapprochera de plus en plus vers l'harmonisation des trois piliers:
.TETE.COEUR.ESPRIT.**

Inspirée des travaux de Robert Dilts et de sa pyramide des niveaux logiques du changement, nous voyagerons d'un palier à l'autre afin d'éclaircir nos comportements, nos systèmes de croyances, références, nos perceptions et y voir plus clair sur comment nous agissons, prenons nos décisions au quotidien.



UN AVEC SOI

À travers ce voyage, nous contacterons également les différentes formes d'intelligences qui sont en nous: corps, intellectuelle et mentale, émotions, intuition, psychique et sensoriel, créativité, et la Conscience.



Unissant le modèle de Dilts aux différentes intelligences, nous ferons aussi appel à nos centres d'énergie pour encore plus d'harmonie et de connexion, le tout à travers des exercices concrets, des réflexions, des partages et surtout des méditations guidées teintées d'hypnose qui seront enregistrées pour que vous puissiez les réécouter autant de fois que vous le désirez (ces hypnoses seront exclusives et créées sur mesure pour le groupe, à chaque séance.



UN AVEC SOI

Voici de quoi il s'agit plus spécifiquement:

Au niveau des thèmes, des suivis du groupe et de l'implication personnelle-individuelle pour ces 8 semaines, voici ce à quoi vous pouvez vous attendre :



Séance 1
Je suis

Nous prendrons le temps de mettre en place l'itinéraire de ce voyage. Il sera question de notre environnement externe & interne, où nous sommes et nous souhaitons nous rendre. Nous nous initierons à l'intelligence du corps physique et au centre d'énergie « racine »
Il y aura un suivi pendant la semaine via le groupe et un court devoir à réaliser. Il sera possible d'obtenir une rétroaction sur demande pour aller plus loin dans votre démarche.



Séance 2
Je ressens

Lors de cette séance, nous observerons nos comportements, nos habitudes qui nous empêchent d'être dans l'action face à nos objectifs et nos projets. Nous connecterons à l'intelligence créative et à notre centre d'énergie « sacré ».

Il y aura un suivi pendant la semaine via le groupe et un court devoir à réaliser. Il sera possible d'obtenir une rétroaction sur demande pour aller plus loin dans votre démarche.

UN AVEC SOI



Séance 3 *Je peux*

Lors de cette 3e séance, nous entrerons en contact avec nos capacités et nos stratégies gagnantes qui nous propulsent sur le chemin de la motivation et de l'action. Nous établirons le lien avec l'intelligence intuitive et notre centre d'énergie du plexus solaire.

Il y aura un suivi pendant la semaine via le groupe et un court devoir à réaliser. Il sera possible d'obtenir une rétroaction sur demande pour aller plus loin dans votre démarche.



Séance 4 *J'aime*

Pour cette 4e rencontre, nous entrerons dans le cœur de nos croyances : celles qui nous limitent et nous bloquent afin de les transcender en de nouvelles qui nous font avancer vers notre pleine réalisation. Lors de cette séance, nous connectons à notre intelligence émotionnelle et au centre d'énergie du cœur. Je vous proposerai également un puissant rituel pour vous libérer de vos croyances qui ne vous servent plus.

Il y aura un suivi pendant la semaine via le groupe et un court devoir à réaliser. Il sera possible d'obtenir une rétroaction sur demande pour aller plus loin dans votre démarche.

UN AVEC SOI



Séance 5 *Je crée*

En 5e séances, nous confirmerons nos valeurs puissantes porteuses de nos idées, qui soutiennent nos projets. Nous ferons la connexion l'intelligence intellectuelle et mentale au service de nos différentes formes d'intelligences et nous connecterons au centre d'énergie de la gorge. Préparez vos images puisque je vous propose un atelier créatif! Il y aura un suivi pendant la semaine via le groupe et un court devoir à réaliser. Il sera possible d'obtenir une rétroaction sur demande pour aller plus loin dans votre démarche.



Séance 6 *Je vois*

Pour cette escale, il sera question de notre identité : distinguer les parties de soi, l'ombre, la lumière et plus encore... Nous découvrirons en quoi l'intelligence sensorielle et psychique peut nous aider et nous propulser. Nous nous initierons au centre d'énergie du 3e œil. Il y aura un suivi pendant la semaine via le groupe et un court devoir à réaliser. Il sera possible d'obtenir une rétroaction sur demande pour aller plus loin dans votre démarche.

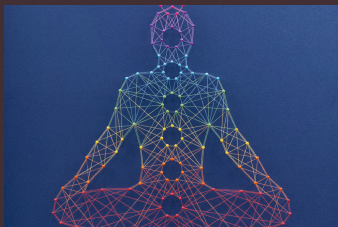
UN AVEC SOI



Séance 7 *Je sais*

À cette avant-dernière séance, nous parlerons de votre mission & votre vision, ici dans cette réalité. Une puissante connexion à SOI tout en connectant avec l'intelligence collective qui nous soutien. L'exploration de la Conscience et du centre d'énergie de la Couronne seront au rendez-vous!

Il y aura un suivi pendant la semaine via le groupe et un court devoir à réaliser. Il sera possible d'obtenir une rétroaction sur demande pour aller plus loin dans votre démarche.



Séance 8 *J'intègre*

Pour cette dernière étape de ce voyage de 8 semaines, ça sera l'intégration finale, cumulant nos expériences. Nous emprunterons le chemin de l'alignement total et global de l'ensemble de la démarche. Nous connecterons à chacune des intelligences et des centres d'énergie grâce à une puissante intervention PNL.

Nous ferons le bilan de notre réalisation sur l'ensemble du parcours et émettrons nos intentions afin de poursuivre la progression...



UN AVEC SOI

Une journée d'intégration est prévue à la toute fin du parcours, le lieu et les détails seront dévoilés pendant le programme.

Cette année, je propose également deux petits défis réalisables qui seront intégrés au programme afin de créer encore plus d'engagement et d'harmonisation entre les trois piliers: TETE.COEUR.ESPRIT.

De plus, des invités experts se joindront en cours de démarche afin d'amener des outils, des réflexions puissantes pour vous permettre d'aller encore plus loin dans cette reconnexion à soi!

FORMAT: Les coachings seront en ligne, via la plateforme zoom, la possibilité de reprendre les coaching sera possible en rediffusion si jamais il n'est pas possible d'être présent aux huit rencontres.

UN GROUPE EXCLUSIF PRIVÉ sera mis en place sur la plateforme facebook et pour permettre plus d'intimité il sera possible de communiquer via une autre plateforme telle que Whatsapp (selon la convention qui sera décidée par le groupe)

Un cahier de bord est remis à chaque participant et d'autres bonus s'ajouteront en cours de voyage!

"C'est alors que je me retrouve dans le moment présent, dans toute sa douceur, sa générosité, et que je dispose d'une énergie supplémentaire pour créer." Dr Joe Dispenza (Devenir Super-Conscient)



UN AVEC SOI

La valeur de ce programme est de plus de 2000\$:

- 8 coachings d'une valeur de 175\$ (1400\$)
- Les frais pour la journée d'intégration (incluant le traiteur, la salle et l'animation- une valeur de 200\$)
- Les experts qui se joindront au programme (une valeur de 95\$ chacun)
- Le cahier de bord, (une valeur de 45\$)
- Les hypnoses méditatives exclusives qui vous seront envoyées à chaque séance...
- Un groupe de soutien et partage d'une valeur inestimable!
- *Il est possible d'ajouter 4 séances individuelles en coaching (valeur de 175\$ chaque) en adhérant au forfait VIP pour 1447\$*

Pour vous inscrire, rien de plus simple: [Cliquez sur le bouton INSCRIPTION!](#)
Sur la réception de votre dépôt, j'entrerai en contact avec vous pour vous accueillir et vous indiquer comment vous préparer pour ce merveilleux voyage au cœur de soi et pour les modalités de paiements (possibilité de payer en 1-2 ou 4 versements)

Pour un investissement en soi de 997\$

Vous êtes incertain.es? Réservez un appel GRATUIT pour que nous puissions répondre à toutes vos questions!

Claudia Martellino

coachingaum.ca