

CATALOGUE WIZZ COACHING



Vous avez déjà rêvé
d'être pleinement vous-même,
libéré(e) des entraves
qui vous retiennent ?

WIZZ Coaching vous invite
à un voyage de découverte
lors de ses prochains ateliers,
stages ou conférences autour des
« 5 blessures de l'âme » !

Et pas que...

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

” Du temps pour soi au profit de tous



BIENVENUE CHEZ WIZZ COACHING

. VOTRE PARTENAIRE CROISSANCE PERSONNELLE À SAUMUR .

Dans un monde en constante évolution, où le quotidien peut parfois sembler accablant, il est essentiel de trouver un espace où l'on peut se recentrer, se découvrir et grandir. Chez WIZZ Coaching à Saumur et ailleurs... nous nous engageons à vous offrir cet espace – un lieu de bien-être, d'échange et d'évolution personnelle où chaque individu est accueilli avec respect, empathie et professionnalisme.

Notre mission est de vous accompagner sur le chemin du développement personnel avec une approche holistique et bienveillante, conçue pour vous aider à dépasser les obstacles, à révéler votre potentiel et à vivre une vie plus épanouie et authentique. Nous croyons fermement que chaque personne détient en elle les clés de sa propre transformation et notre rôle est de vous guider, avec douceur et expertise, vers la découverte et l'utilisation de ces clés.

NOS VALEURS FONDAMENTALES :

- **Respect** : Nous honorons le parcours unique de chaque personne et accueillons vos expériences et vos émotions sans jugement.
- **Empathie** : Nous vous offrons un espace sécurisé et compréhensif où

vous pouvez vous exprimer librement, sachant que vous êtes entendu et soutenu.

- **Intégrité** : Nous nous engageons à maintenir les plus hauts standards d'éthique professionnelle, garantissant la confidentialité et la fiabilité de nos services.
- **Croissance** : Nous nous dédions à promouvoir le développement personnel et professionnel à travers des ateliers et des sessions de coaching qui reflètent notre passion pour l'amélioration continue.
- **Communauté** : Chez WIZZ Coaching, vous trouverez une communauté de soutien, où partager et apprendre les uns des autres est encouragé et valorisé.

Que vous soyez au début de votre parcours de développement personnel ou que vous cherchiez à approfondir votre compréhension de vous-même, WIZZ Coaching est ici pour vous accompagner.

Nous vous invitons à parcourir notre catalogue et à choisir ce qui résonne le plus avec votre parcours personnel.



. QUI SOMMES- NOUS ? .

Wizz Coaching est un cabinet de coaching et un organisme de formation labellisé **QUALIOPI**, animé par des Coachs « Professionnel » certifiés, formés à la psychologie centrée sur la personne, les sciences sociales, à l'Analyse Transactionnelle®, Les process Qualité, l'intelligence collective, Le Serious Game dont la facilitation LEGO® SERIOUS PLAY® certifiée, la transition, Les Approches Narrative® et Systémique®, l'orientation et le développement personnel, la psychogénéalogie certifiée, le bilan de compétences et la V.A.E.

. NOTRE RAISON D'ÊTRE .

*Nous accompagnons les personnes vers plus d'assertivité,
les entreprises ou organisations vers leur raison d'être.*

*Ensemble, nous ferons évoluer de manière durable, rationnelle et effective les relations
et pratiques individuelles ou collectives, quel qu'en soit le contexte.*

**REJOIGNEZ-NOUS CHEZ WIZZ COACHING
POUR UNE AVENTURE ENRICHISSANTE VERS VOUS-MÊME ET LES AUTRES !**

NOS STAGES DE 2 JOURS

. TRANSFORMATION PERSONNELLE ET RELATIONNELLE .

Bienvenue dans notre espace dédié à votre épanouissement personnel, où chaque stage, conférence, et atelier a été conçu pour vous guider vers une meilleure version de vous-même. Chez WIZZ Coaching, nous croyons au pouvoir de la transformation intérieure pour révéler le plein potentiel de chaque individu. Découvrez **notre parcours en deux phases**, spécialement conçu pour vous aider à renouer avec votre essence et à enrichir vos relations.

PHASE 1 :

ÊTRE EN RELATION AVEC SOI - LES FONDEMENTS DE L'INTROSPECTION

Plongez au cœur de vous-même avec notre série de stages dédiés à l'auto-découverte. Cette première étape cruciale vise à identifier les barrières qui vous séparent de votre pouvoir créatif personnel, en mettant en lumière les blessures de l'âme qui alimentent insatisfaction et souffrance. Inspirés par les enseignements de Lise Bourbeau, notamment à travers son best-seller "Les 5 blessures qui empêchent d'être soi-même", nos ateliers sont une invitation à un voyage de guérison intérieure.

PHASE 2 :

ÊTRE EN RELATION AVEC LES AUTRES - LA CLÉ DES RELATIONS HARMONIEUSES

Après avoir entamé le chemin de l'introspection, il est temps de se

tourner vers l'extérieur et d'explorer nos relations avec les autres. Nos conférences et ateliers de cette seconde phase vous outilleront pour déceler les origines de vos conflits relationnels et pour construire des ponts vers des relations plus saines et durables. À travers neuf ateliers pratiques, vous apprendrez à naviguer les complexités des interactions humaines, avec pour objectif de créer un environnement relationnel enrichissant et authentique.

. 2 PHASES DE RÉFLEXION .

- 1. Être en relation avec soi
les fondements de l'introspection*
- 2. Être en relation avec les autres
la clé des relations harmonieuses*

. BIENVENUE .

Notre catalogue est une porte ouverte vers un voyage de transformation personnelle et relationnelle. Que vous cherchiez à guérir les blessures du passé ou à améliorer vos relations présentes, WIZZ Coaching vous propose un cadre bienveillant et professionnel pour atteindre vos objectifs.

Chaque étape de ce parcours est conçue pour vous apporter les clés d'une vie épanouie, où bien-être intérieur et harmonie relationnelle se rencontrent. Embarquez avec nous dans cette aventure vers une meilleure compréhension de soi et des autres, et découvrez le potentiel infini de transformation qui réside en vous.

Il est recommandé d'avoir fait des stages de la phase 1 avant ceux de la phase 2.

. CÔTÉ PRATIQUE .

Durée :

Du vendredi 17h au dimanche. 15h

Ou du samedi 9h au dimanche 17h

Lieu : Cabinet WIZZ Coaching

Ou autre lieu en immersion

En présentiel

Places : de 6 à 24 personnes

Investissement : 345 €/pers.

(Sauf le stage 1 : 250 €/pers.)

Hors hébergement et restauration

Contact / Réservation :

=> Sophie

06 30 79 29 80

sophie@wizzcoaching.com

=> Christophe

06 13 11 28 94

christophe@wizzcoaching.com

Le stage n° 1

« Un pas vers soi / Un pas vers les autres »

est le premier stage : il est nécessaire pour pouvoir entrer en phase 1.

Quand vous l'avez suivi 1 fois, vous pouvez le refaire à loisir gratuitement autant de fois que vous en éprouverez le besoin.



”

« Une aide à réfléchir sur sa pratique et ses valeurs, pour changer de petites ou grandes choses et être plus en phase avec ses choix de vie ».

Céline, Cliente WIZZ

Mai 2023

PRÉSENTATION DE NOS STAGES

. PHASES 1 & 2 .

PHASE 1 : ÊTRE EN RELATION AVEC SOI

1. *Les 5 Blessures de l'Âme*
"Guérison des blessures Intimes : vers l'être authentique" : identifiez et guérissez les blessures fondamentales pour avancer vers une vie authentique et épanouie.
2. *Comment apprivoiser ses Peurs ?*
"Au-delà de la peur : vers un courage authentique" : transformez vos peurs en forces motrices et retrouvez le courage d'agir en harmonie avec vos véritables aspirations.
3. *Reconnaître et honorer ses besoins*
"Priorité à soi : reconnaissez et honorez vos besoins" : découvrez l'importance de reconnaître et de satisfaire vos besoins essentiels pour un bien-être global.
4. *Affiner votre boussole interne*
"Senti et sensibilité : affinez votre boussole interne" : apprenez à écouter et à faire confiance à votre intuition pour des décisions plus éclairées et personnellement significatives.
5. *Colère : transformer le Feu intérieur*
"La force de la colère : transformez le Feu intérieur" : maîtrisez l'art de canaliser votre colère de manière constructive, en utilisant cette énergie puissante pour le changement positif.
6. *Surmonter le stress avec sérénité*
"Paix intérieure : surmontez le stress avec sérénité" : Découvrez des techniques efficaces pour réduire le stress et retrouver la paix intérieure, même dans les moments tumultueux.
7. *Comprendre les messages de votre corps*
"Corps et Âme : comprenez les messages de votre corps" : explorez les messages cachés derrière les maux physiques pour un parcours vers la guérison et l'harmonie corporelle.
8. *Alimentation consciente*
"Alimentation consciente : mangez en pleine présence" : cultivez une relation saine et joyeuse avec la nourriture, en vous libérant des conflits intérieurs et de la culpabilité.
9. *Les piliers de la confiance*
"S'épanouir en confiance : construisez l'estime de soi" : renforcez votre estime personnelle et osez être vous-même, en toute situation et en toute confiance.



PHASE 2 : ÊTRE EN RELATION AVEC LES AUTRES

10. *La Communication : Art de l'écoute*

"Art de l'écoute : clé des relations profondes" : développez des compétences d'écoute et de communication qui transforment vos interactions et approfondissent vos relations.

11. *Communiquer au-delà des apparences*

"Masques sociaux : communiquez au-delà des apparences" : apprenez à décrypter la communication avec les différents masques des 5 blessures.

12. *Relations saines : reconnaître et désamorcer les pièges*

"Relations saines : reconnaissez et désamorcez les pièges" : identifiez et évitez les pièges courants qui minent les relations pour bâtir des liens plus sains et durables.

13. *Au-delà de l'Ego !*

"Au-delà de l'Ego : trouvez la paix intérieure" : embarquez dans un voyage de découverte pour transcender l'Ego et cultiver une relation plus paisible avec vous-même et avec les autres.

14. *Se libérer des poids de la culpabilité*

"Alléger son cœur : libérez-vous des poids de la culpabilité" : libérez-vous des chaînes de la culpabilité pour vivre avec plus de légèreté et de joie.

15. *Retrouver sa liberté*

"Vers la liberté véritable : Affranchissez-vous des limites" : embrassez la liberté d'être pleinement vous-même, en vous affranchissant des limitations auto-imposées.

16. *Abondance au quotidien : cultiver la prospérité*

"Flux d'abondance : attirez la richesse avec intégrité" : re-programmez votre mindset pour attirer la prospérité et vivre dans l'abondance, en alignement avec vos valeurs et vos désirs.

17. *Vendre avec cœur : l'Art de l'authentique*

"Vendre avec cœur : l'Art de la vente authentique" : boostez votre confiance et votre capacité à vendre avec intégrité, valorisant authentiquement votre travail ou votre produit.



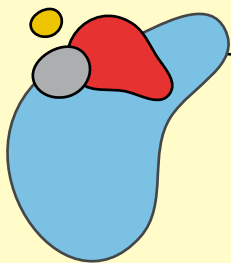
Joachim 31 Jul 2023

▲ Signaler

↩ Répondre



Excellent accompagnement, de remise en question, de recentrage sur ce que nous voulons et de recadrage sur l'essentiel... tout ça avec beaucoup de bienveillance et de gentillesse. Je recommande vivement, et sans hésitation, même si nous n'en ressentons pas le besoin. L'expérience est extraordinaire et permet d'avancer plus vite dans nos décisions et surtout en les prenant en accord avec nous même.
Merci Wizz Coaching



LE STAGE N°1

. UN PAS VERS SOI / UN PAS VERS LES AUTRES .

À PROPOS DE CE STAGE

Plongez au cœur de notre stage intensif de deux jours, une expérience transformatrice proposée par WIZZ Coaching, inspirée par les principes éprouvés de l'atelier "Écoute Ton Corps" de Lise Bourbeau : **ÊTRE BIEN AVEC SOI / ÊTRE BIEN AVEC LES AUTRES.**

Ce stage fondamental est conçu pour vous guider vers une meilleure compréhension de vous-même et améliorer vos relations avec les autres, posant ainsi les fondations d'une vie épanouie selon vos propres termes.

Accessible en présentiel, ce stage représente le prérequis idéal pour ceux qui souhaitent s'engager dans notre parcours de formation approfondi. Avec WIZZ Coaching, vous découvrirez des outils pratiques et des stratégies efficaces pour naviguer dans les complexités de la vie personnelle et relationnelle.

POUR QUI EST CE STAGE ?

Ce stage s'adresse à toute personne désireuse de :

- Approfondir sa connaissance de soi et améliorer son bien-être personnel.
- Transformer ses relations avec les autres pour vivre en harmonie.
- Acquérir des outils pratiques pour gérer les défis quotidiens de la vie.

- Poser les premiers pas vers un changement positif et durable dans sa vie.
- Les professionnels du bien-être qui cherchent à enrichir leur boîte à outils avec des stratégies éprouvées pour soutenir leurs clients.

Que vous soyez en quête de croissance personnelle, à la recherche de solutions pour améliorer vos relations, ou un professionnel désireux d'élargir votre expertise, ce stage est conçu pour vous.

. CÔTÉ PRATIQUE .

Durée : 2 jours (14 heures)

*Lieu : Cabinet WIZZ Coaching
73 rue Waldeck-Rousseau,
49400 SAUMUR
Ou autre lieu en immersion
En présentiel*

Places : de 6 à 24 personnes

Investissement : 125 €/pers./Jour

Contact / Réservation :

=> Sophie

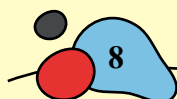
06 30 79 29 80

sophie@wizzcoaching.com

=> Christophe

06 13 11 28 94

christophe@wizzcoaching.com



CE QUE VOUS ALLEZ DÉCOUVRIR

Jour 1 - Épanouissement Personnel : Dédiez cette première journée à explorer votre monde intérieur. Vous identifierez ce qui freine votre bien-être et apprendrez des techniques pour mieux vous connaître, surmonter les obstacles internes, et réaliser vos aspirations profondes. Ce stage vous offre la clé pour débloquer votre potentiel.

Jour 2 - Harmonie dans les Relations : Le deuxième jour est consacré à enrichir vos interactions avec les autres. Découvrez pourquoi certaines dynamiques relationnelles sont insatisfaisantes et comment instaurer des changements positifs. Grâce à des méthodes concrètes, vous appréhendez mieux les rouages des relations nourrissantes et authentiques.

Ce stage n'est pas une simple formation ; c'est une invitation à répéter l'expérience autant de fois que désiré, sans frais supplémentaires, vous offrant une valeur inestimable pour votre développement personnel continu. Que vous choisissiez de participer à une seule journée ou de vous immerger totalement durant les deux jours, cette expérience est conçue pour s'adapter à votre parcours individuel de croissance.

REJOIGNEZ LES RANGS DES INDIVIDUS QUI ONT CHOISI WIZZ COACHING POUR OUVRIR LA VOIE À UNE VIE TRANSFORMÉE. C'EST VOTRE MOMENT DE PERMETTRE UN BIEN-ÊTRE DURABLE.

ÊTES-VOUS PRÊT À EMBRASSER VOTRE POTENTIEL ET À VIVRE LA VIE QUE VOUS AVEZ TOUJOURS SOUHAITÉE ?



”

« C'est le stage qui a changé le cours de ma vie ! Il m'a donné le déclic qui m'a permis de prendre plusieurs décisions fondamentales et de poursuivre ce chemin ».

Sophie, Votre formatrice...

NOS ATELIERS DE 3 H

. LES DIFFÉRENTS THÈMES .

<i>Les 5 blessures</i>	<i>Stress</i>
<i>Alimentation</i>	<i>Santé</i>
<i>Couple</i>	<i>Peurs</i>
<i>Énergie</i>	<i>Colère</i>
<i>Prosperité</i>	<i>Liberté</i>

LA THÉORIE DE LISE BOURBEAU : UN PILIER POUR LE DÉVELOPPEMENT PERSONNEL CHEZ WIZZ COACHING

Lise Bourbeau, auteure et conférencière de renom dans le domaine du développement personnel, a révolutionné la compréhension de soi et la guérison émotionnelle à travers sa théorie innovante sur les 5 blessures de l'âme. Ces blessures, identifiées comme le Rejet, l'Abandon, l'Humiliation, la Trahison et l'Injustice, façonnent nos comportements, nos relations et notre vision de nous-mêmes et du monde qui nous entoure.

En prenant conscience de ces blessures et en travaillant à leur guérison, Lise Bourbeau propose une voie de transformation profonde et durable vers une vie plus équilibrée et authentique.

Chez WIZZ Coaching, nous adoptons la méthodologie Écoute Ton Corps® de Lise Bourbeau comme fondement de nos ateliers. Cette approche holistique et bienveillante nous permet de guider chaque participant dans un voyage d'auto-découverte et d'auto-guérison, en mettant en lumière les mécanismes inconscients qui régissent nos actions et nos réactions.

Nos ateliers, inspirés par les enseignements de Lise Bourbeau et d'autres approches des sciences sociales ou psychologiques, comme l'Analyse Transactionnelle, la psychogénéalogie, l'approche centrée sur la personne, l'approche systémique, les Pratiques Narratives, etc, visent à :

- **Identifier et comprendre les 5 blessures** de l'âme qui influencent notre quotidien.
- **Reconnaître les masques** que nous portons pour nous protéger et comment ils peuvent nous limiter.
- **Développer des stratégies de guérison** pour chacune des blessures, en utilisant des exercices pratiques, des partages en groupe et des réflexions personnelles.
- **Favoriser une croissance personnelle** qui permet à chacun de vivre de manière plus authentique et en harmonie avec soi-même et avec les autres.



Les ateliers de WIZZ Coaching offrent un espace sécurisé et soutenant pour explorer ces concepts, avec l'accompagnement de formateurs expérimentés et empathiques. En s'appuyant sur la théorie de Lise Bourbeau, nous invitons chaque participant à s'engager dans un processus d'évolution personnelle, à reconnaître et à transformer les blessures de l'âme en opportunités de croissance et d'épanouissement.

REJOIGNEZ-NOUS CHEZ WIZZ
COACHING POUR UN VOYAGE
DE DÉCOUVERTE
ET DE TRANSFORMATION
QUI REPOSE SUR
LES PRINCIPES ÉPROUVÉS
DE LISE BOURBEAU.

ET PAS QUE...

. CÔTÉ PRATIQUE .

Durée : 3h

*Lieu : Cabinet WIZZ Coaching
73 rue Waldeck-Rousseau,
49400 SAUMUR*

Ou sur votre lieu

En présentiel de préférence

Places : de 6 à 20 personnes

Investissement : 60 €/personne

Contact / Réservation :

=> Sophie

06 30 79 29 80

sophie@wizzcoaching.com

=> Christophe

06 13 11 28 94

christophe@wizzcoaching.com



A Aussaguel 02 Aug 2023

▲ Signaler ← Répondre



Un grand merci à Sophie et Christophe pour leur professionnalisme. Ils sont très pertinents et efficaces. Ils disposent de pleins d'outils pour nous aider à identifier les problèmes et mettre en place les solutions. Cela nous a permis de mieux gérer notre entreprise en prenant en compte tous les membres. Depuis meilleure communication, meilleure efficacité et rentabilité. Je recommande vivement.

ATELIER LES 5 BLESSURES

. VERS SOI-MÊME : LE PÉRIPLÉ D'UNE MEILLEURE CONNAISSANCE .



À PROPOS DE CET ATELIER :

Chaque individu, dans son parcours de vie, se trouve confronté à des expériences qui marquent son âme de blessures profondes. Ces blessures, souvent inconscientes, peuvent influencer grandement nos comportements, nos choix de vie, ainsi que nos relations avec les autres.

L'atelier "Les 5 Blessures de l'Âme" vous guide à travers un processus de découverte de ces blessures fondamentales, vous offrant les outils pour les reconnaître et les comprendre dans votre propre vie. À travers des techniques de réflexion introspective, d'exercices pratiques et de partage en groupe, vous apprendrez à dévoiler les masques que vous avez construits pour vous protéger, à affronter et à apaiser

ces blessures, ouvrant ainsi la voie à une guérison et une transformation personnelles.

POUR QUI EST CET ATELIER ?

Idéal pour ceux qui cherchent à :

- Comprendre les dynamiques sous-jacentes de leurs comportements.
- Améliorer leurs relations grâce à une meilleure connaissance de soi.
- Vivre en harmonie avec leur essence véritable.

CE QUE VOUS ALLEZ DÉCOUVRIR :

- Les mécanismes des 5 blessures de l'âme : Rejet, Abandon, Humiliation, Trahison, et Injustice.
- Des outils pratiques pour identifier et adresser ces blessures dans votre quotidien.
- Des voies vers la guérison, vous menant à une expression plus authentique de vous-même.

Cet atelier est une invitation à transformer votre perception de vous-même et à entamer un voyage de guérison intérieure.

Rejoignez-nous pour une expérience qui promet non seulement de changer la façon dont vous vous voyez mais aussi d'améliorer significativement votre qualité de vie.

ATELIER ALIMENTATION

. ALIMENTATION CONSCIENTE : À L'ÉCOUTE DE SOI À TRAVERS NOTRE ASSIETTE .

À PROPOS DE CET ATELIER :

Explorez le lien profond entre votre alimentation et votre être intérieur avec l'atelier "Découverte de Soi à travers l'Alimentation" proposé par WIZZ Coaching. Ce voyage unique vous révèle comment vos choix alimentaires reflètent et influencent votre état d'esprit, vos émotions et votre bien-être général.

POUR QUI EST CET ATELIER ?

Parfait pour ceux qui souhaitent :

- Comprendre l'impact de l'alimentation sur leur bien-être physique et émotionnel.
- Identifier les motivations cachées derrière leurs habitudes alimentaires.
- Cultiver une relation plus saine et consciente avec la nourriture.

CE QUE VOUS ALLEZ DÉCOUVRIR :

- Les liens entre vos choix alimentaires et vos états émotionnels et mentaux.
- Les raisons autres que la faim qui poussent à manger, et comment les reconnaître.
- Des stratégies pour aligner votre alimentation avec vos besoins

véritables, favorisant ainsi une meilleure santé globale et une plus grande harmonie intérieure.

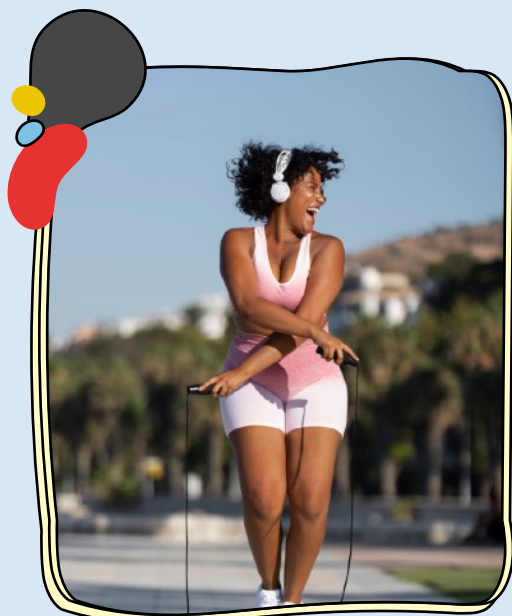
Rejoignez cet atelier pour une exploration enrichissante de la manière dont l'alimentation peut servir de miroir et de moyen de mieux être dans votre vie.

Découvrez le pouvoir de transformer votre rapport à la nourriture en une voie vers la découverte de soi et l'épanouissement personnel.



ATELIER ÉNERGIE VITALE

. VITALITÉ RETROUVÉE : LIBÉREZ ET BOOSTEZ VOTRE ÉNERGIE INTÉRIEURE .



À PROPOS DE CET ATELIER :

Revitalisez votre corps et votre esprit avec l'atelier "Vitalité retrouvée : libérez et boostez votre énergie intérieure" proposé par WIZZ Coaching.

Ce programme est conçu pour ceux qui souhaitent découvrir les sources d'un manque d'énergie et apprendre à cultiver une vitalité durable au quotidien.

POUR QUI EST CET ATELIER ?

Parfait pour ceux qui :

- Ressentent une baisse d'énergie et cherchent à revitaliser leur vie.
- Souhaitent comprendre les causes profondes de leur fatigue.

- Veulent apprendre des techniques pour gérer et augmenter leur énergie.

CE QUE VOUS ALLEZ DÉCOUVRIR :

- Les facteurs qui affectent votre énergie vitale et comment les adresser.
- Des pratiques concrètes pour augmenter votre niveau d'énergie et votre bien-être général.
- Des moyens pour maintenir une réserve d'énergie équilibrée et soutenir votre santé physique et mentale.

Participez à cet atelier pour apprendre à harmoniser votre énergie vitale avec votre rythme de vie, vous permettant ainsi de vivre avec plus de dynamisme et de joie.

Explorez des stratégies simples mais efficaces pour un renouveau énergétique et un bien-être durable.

ATELIER COUPLE

. HARMONIE DE COUPLE : SE DÉCOUVRIR À TRAVERS L'AUTRE .

À PROPOS DE CET ATELIER :

Transformez votre relation de couple et découvrez-vous à travers l'autre avec l'atelier "Harmonie de Couple : Se Découvrir à Travers l'Autre" de WIZZ Coaching. Cet atelier est conçu pour ceux qui aspirent à approfondir leur compréhension d'eux-mêmes et de leur partenaire, en explorant les dynamiques relationnelles sous un nouveau jour.

POUR QUI EST CET ATELIER ?

Idéal pour toute personne désireuse de :

- Comprendre les schémas répétitifs dans leurs relations.
- Améliorer la communication et la connexion avec leur partenaire.
- Découvrir des moyens de renforcer l'amour et l'harmonie dans le couple.

CE QUE VOUS ALLEZ DÉCOUVRIR :

- Les principes fondamentaux pour une relation de couple épanouie et durable.
- Des outils pratiques pour résoudre les conflits et améliorer l'entente mutuelle.

- Des stratégies pour cultiver une relation basée sur le respect, l'amour et la croissance partagée.

Cet atelier vous offre l'opportunité de plonger au cœur de votre relation de couple, en identifiant et en travaillant sur les aspects qui vous empêchent de vivre pleinement votre amour.

Rejoignez-nous pour un parcours de découverte et d'amélioration qui enrichira votre vie amoureuse et personnelle.



ATELIER PROSPÉRITÉ

. CLÉS DE LA PROSPÉRITÉ : DÉBLOQUEZ VOTRE POTENTIEL FINANCIER .



À PROPOS DE CET ATELIER :

Transformez votre rapport à l'abondance et à la prospérité avec l'atelier "Clés de La Prospérité : Débloquez Votre Potentiel Financier" proposé par WIZZ Coaching. Ce parcours est une invitation à explorer les obstacles qui vous séparent de la prospérité et à découvrir des moyens efficaces pour les surmonter.

POUR QUI EST CET ATELIER ?

Conçu pour ceux qui :

- Aspirent à une vie prospère mais se heurtent à des obstacles récurrents.
- Cherchent à comprendre les raisons sous-jacentes de leurs difficultés financières.
- Désirent aligner leurs actions et croyances avec l'abondance.

CE QUE VOUS ALLEZ DÉCOUVRIR :

- Les blocages personnels et croyances limitantes qui freinent votre prospérité.
- Des questions clés pour vous guider dans l'exploration de vos défis financiers.
- L'utilisation de la méthode METC® pour activer votre potentiel créateur et favoriser l'abondance dans votre vie.

Plongez au cœur des principes de l'abondance et apprenez à lever les barrières qui entravent votre prospérité.

Cet atelier vous offre des outils pratiques et des réflexions profondes pour réorienter votre parcours vers une richesse authentique et durable.

ATELIER STRESS

. MAÎTRISER LE STRESS POUR UNE VIE ÉQUILIBRÉE .

À PROPOS DE CET ATELIER :

Reprenez le contrôle face au stress avec l'atelier "Maîtriser le Stress pour une Vie Équilibrée" offert par WIZZ Coaching.

Ce programme est une exploration approfondie des origines de votre stress et des stratégies concrètes pour le gérer efficacement.

POUR QUI EST CET ATELIER ?

Destiné à ceux qui :

- Se sentent submergés par le stress au quotidien.
- Ont tenté sans succès de multiples techniques de gestion du stress.
- Cherchent à comprendre les véritables causes de leur stress pour mieux le surmonter.

CE QUE VOUS ALLEZ DÉCOUVRIR :

- Les mécanismes sous-jacents du stress et pourquoi il est une constante dans notre société.
- Des méthodes pratiques pour identifier, comprendre et transformer votre rapport au stress.
- Comment adopter des réflexes de bien-être pour accueillir le stress de

manière constructive et retrouver la sérénité.

Cet atelier vous équipe des outils nécessaires pour transformer votre approche face au stress, vous permettant de vivre avec plus de calme et de confiance.

Engagez-vous dans un parcours de découverte et d'application de techniques de gestion du stress qui favoriseront un bien-être durable.



ATELIER SANTÉ

. ÉCOUTER ET GUÉRIR LE CORPS .



À PROPOS DE CET ATELIER :

Transformez votre relation avec votre corps et découvrez les messages cachés derrière les malaises physiques avec l'atelier "Écouter et Guérir le Corps", proposé par WIZZ Coaching.

Ce parcours unique offre une nouvelle perspective sur les problèmes physiques et sur les moyens de les aborder grâce à la méthode METC®.

POUR QUI EST CET ATELIER ?

Parfait pour ceux qui :

- Expérimentent des désagréments ou douleurs physiques persistants.
- S'interrogent sur la signification profonde de leurs symptômes physiques.

- Désirent apprendre à gérer leurs problèmes de santé de manière plus consciente et apaisée.

CE QUE VOUS ALLEZ DÉCOUVRIR :

- Une compréhension approfondie de la communication de votre corps à travers les symptômes.
- Des clés pour décrypter et adresser les causes sous-jacentes de vos malaises physiques.
- Des stratégies efficaces, inspirées de la méthode METC®, pour favoriser une guérison holistique et durable.

Cet atelier est une invitation à écouter activement votre corps et à comprendre ses besoins pour lui offrir un mieux être véritable.

En apprenant à reconnaître et à interpréter les signaux de votre corps, vous ouvrirez la voie à une santé plus équilibrée et à un bien-être accru.

ATELIER COLÈRE

. COMPRENDRE ET TRANSFORMER LA COLÈRE .

À PROPOS DE CET ATELIER :

Transformez votre colère en une force positive avec l'atelier "Comprendre et Transformer la Colère" proposé par WIZZ Coaching. Ce programme vous guide à travers la compréhension profonde de la colère et vous offre des outils pour la gérer de manière constructive.

POUR QUI EST CET ATELIER ?

Idéal pour ceux qui :

- Ressentent fréquemment de la colère et cherchent des moyens de l'apaiser.
- Souhaitent comprendre les déclencheurs de leur colère et son impact sur leur vie.
- Veulent apprendre à utiliser l'énergie de la colère de manière bénéfique pour eux-mêmes et leur entourage.

CE QUE VOUS ALLEZ DÉCOUVRIR :

- Les origines et les mécanismes sous-jacents de la colère.
- Des stratégies pour reconnaître les signes précurseurs de la colère et prévenir son escalade.
- Des exercices pratiques, individuels et en groupe, pour transformer la colère en une force motrice pour le changement positif.

- Quatre étapes simples pour une gestion efficace de la colère, améliorant ainsi votre bien-être et vos relations.

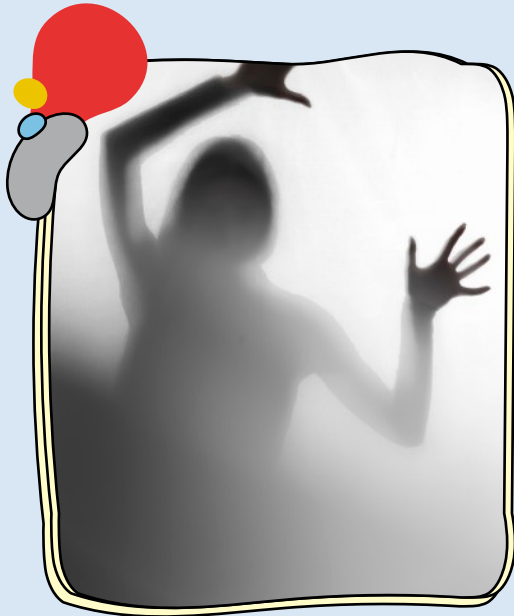
Cet atelier est une invitation à réévaluer votre rapport à la colère. Plutôt que de la voir comme un ennemi à combattre, nous vous proposons de l'accueillir comme une part intégrante de votre être, capable de vous enseigner et de vous guider vers une meilleure version de vous-même.

Rejoignez-nous pour un voyage de découverte et de transformation personnelle.



ATELIER PEURS

. DE LA PEUR AU POUVOIR D'ACTION .



À PROPOS DE CET ATELIER :

Surmontez vos peurs et transformez-les en tremplins pour l'action avec l'atelier "De la Peur au Pouvoir d'Action" de WIZZ Coaching. Ce programme intensif est conçu pour vous aider à reconnaître, comprendre et dépasser les peurs qui limitent votre potentiel.

POUR QUI EST CET ATELIER ?

Parfait pour ceux qui :

- Se sentent souvent freinés par leurs peurs dans différents aspects de leur vie.
- Cherchent à transformer leur rapport à la peur pour mieux vivre et s'épanouir.

- Désirent des outils pratiques pour gérer l'anxiété et l'incertitude de manière constructive.

CE QUE VOUS ALLEZ DÉCOUVRIR :

- Une compréhension profonde des origines et des fonctions de vos peurs.
- Des stratégies pour identifier et travailler sur une peur spécifique qui vous bloque.
- L'application de la technique exclusive METC® pour lâcher prise et trouver la paix intérieure face à la peur.
- Des moyens concrets pour convertir vos peurs en actions positives et en opportunités de croissance.

Cet atelier vous offre une opportunité unique de voir vos peurs non pas comme des obstacles insurmontables, mais comme des signaux pouvant vous guider vers des changements positifs dans votre vie.

Armé des connaissances et des techniques acquises, vous serez prêt à affronter vos peurs avec courage et à les transformer en puissantes motivations pour atteindre vos objectifs.

ATELIER LIBERTÉ

. RENAISSANCE DE LA LIBERTÉ .

À PROPOS DE CET ATELIER :

Redécouvrez et réclamez la liberté... Ce voyage de transformation est destiné à tous ceux qui se sentent restreints, que ce soit dans leur vie personnelle, professionnelle ou relationnelle, et aspirent à retrouver un sentiment profond de liberté.

POUR QUI EST CET ATELIER ?

Idéal pour ceux qui :

- Se sentent piégés par les circonstances, les attentes ou les obligations.
- Cherchent à dépasser les limitations perçues et à vivre avec plus d'autonomie.
- Désirent explorer et élargir leur compréhension de la liberté personnelle.

CE QUE VOUS ALLEZ DÉCOUVRIR :

- Des réflexions profondes pour identifier les domaines de votre vie où vous vous sentez le plus contraint.
- Des techniques pour démanteler les barrières mentales et émotionnelles qui limitent votre liberté.
- Des exercices pratiques pour vous reconnecter avec votre essence libre et créative.

- Des stratégies pour maintenir et cultiver votre liberté retrouvée dans tous les aspects de votre vie.

Participez à cet atelier pour entamer un processus de libération personnelle, où vous apprendrez à naviguer au-delà des contraintes et à embrasser pleinement votre droit inné à la liberté.

Ensemble, nous redéfinirons ce que signifie être véritablement libre, vous permettant ainsi de vivre une vie plus authentique et épanouie.



QUI SOMMES-NOUS ?

Chez WIZZ Coaching, nous sommes convaincus que le développement personnel est la clé d'une vie épanouie et harmonieuse. C'est pourquoi nos ateliers sont dirigés par Christophe VANDAMME, un professionnel dédié et passionné par le bien-être et le développement personnel, diplômé depuis 2005 de l'École Québécoise « Écoute Ton Corps » de Lise Bourbeau et coach professionnel certifié. Son expertise et sa profonde compréhension des dynamiques humaines offrent une expérience d'apprentissage unique et transformatrice.

Il est accompagné de Sophie DAVID-AUVRAY qui est également formée au même courant de développement personnel. Elle est certifiée en psychogénéalogie et facilitatrice LEGO® SERIOUS PLAY®, coach professionnel certifiée, enseignante, formatrice.

Leurs propositions sont conçues pour vous guider à travers différents thèmes, en vous fournissant des outils pratiques et des réflexions profondes pour faciliter votre croissance personnelle. Avec l'accompagnement expert de ces professionnels, vous découvrirez des moyens efficaces pour enrichir votre vie dans plusieurs domaines, tout en évoluant dans un espace sécurisant et bienveillant.



Découvrir que l'on pouvait avoir une coach de vie a été une des expériences les plus marquantes et inspirantes de ma vie. Arriver dans un lieu serein et pouvoir tout dire, tout remettre en question, exprimer qui l'on est ou qui l'on croit être, ses doutes et ses rêves. Sans être jugée mais accompagnée de manière concrète et constructive. C'est aussi échanger véritablement avec une personne humaine, bienveillante, drôle et direct. Et ça fait du bien !
Tellement !
Merci pour cette transmission.

Témoignage anonyme
du 25 mars 2024

Contactez-nous !



NOTRE RAISON D'ÊTRE :

*Nous accompagnons
les personnes vers plus d'assertivité,
les entreprises ou organisations vers leur raison d'être.
Ensemble,
nous ferons évoluer de manière durable, rationnelle et effective
les relations et pratiques individuelles ou collectives,
quel qu'en soit le contexte.*

WIZZ COACHING

S.A.S. au capital de 3000 €
73 rue Waldeck-Rousseau
49400 SAUMUR
PAYS DE LA LOIRE



éphata est la section
Développement
Personnel
de W!ZZ Coaching

SIRET 91460036600019

NDA n°52490415649 enregistré auprès du préfet de la région Pays-de-la-Loire
Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'État

Sophie DAVID-AUVRAY 06 30 79 29 80 sophie@wizzcoaching.com

Christophe VANDAMME 06 13 11 28 94 christophe@wizzcoaching.com



 RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée au titre des catégories d'actions suivantes :

« Actions de formation »
« Bilans de compétences »
et « VAE »