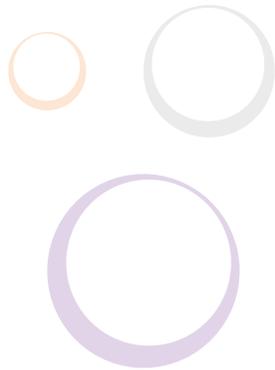


Autres outils

Chaque accompagnement est unique, comme vous !

Notre investissement 'sur mesure' à votre développement personnel c'est l'apport d'une palette d'outils variés acquise auprès de formateurs reconnus.



Plus d'informations...



www.kazuki.eu

Valérie Delmulle
+32 497 10 00 50
info@kazuki.eu

 [facebook/kazuki.eu](https://www.facebook.com/kazuki.eu)

LIFE - PARTICULIERS

Espace des services offerts aux particuliers enfants/ados/adultes en séances individuelles ou en groupe



3 Harmonies

Esprit, **Cœur**, Corps

3 Couleurs

Sophrologie, **Coaching**, Autres outils

3 Départements

Life/Particuliers, **Academy/Académie**, Corporate/Entreprises

Kazuki: Prénom masculin japonais qui signifie « Espoir d'harmonie »

Ne pas jeter sur la voie publique

Kazuki avec ses 3 départements a un objectif lié au Mieux-être et la Gestion du Stress de la vie privée et de la vie professionnelle.

Nos approches des thérapies psychocorporelles permettent un travail sur le corps et les prises de conscience afin d'apaiser les maux de l'esprit et du corps et de libérer les émotions.



La sophrologie

C'est une méthode simple et puissante, accessible dès 7 ans et adaptable à tous âges et à chaque personne.

Elle se pratique sous forme d'exercices faciles à réaliser, rigoureusement construits pour une évolution individuelle réalisable en séance individuelle ou en groupe.

Elle privilégie l'authenticité, l'autonomie et la responsabilité afin de développer ses ressources, renforcer ses capacités physiques et mentales, gagner en confiance en soi et dans sa relation aux autres tant dans la vie privée que professionnelle.

Mieux vivre son corps

- ✓ Libérer les tensions, respirer plus librement, faire face aux douleurs de lombalgie, fibromyalgie, acouphènes...
- ✓ Récupérer un sommeil de qualité...
- ✓ Trouver de nouvelles capacités de gestes ou de déplacements...

Mieux vivre ses émotions

- ✓ Gérer le trac, le stress, les conflits, les angoisses, Burn-out/Bore-out...
- ✓ Préparer un événement comme un examen, une compétition, vivre sa maternité, la retraite, une intervention chirurgicale, des soins pénibles...
- ✓ Soutenir un projet de recherche d'emploi, de changement de vie, de perte de poids, réorientation de carrière...
- ✓ Améliorer sa mémoire, sa concentration, ses capacités d'apprentissage...
- ✓ Vivre mieux son activité professionnelle, sa vie de couple ou de parents...

Mieux vivre sa créativité

- ✓ S'investir dans l'art, l'éducation, le sport, ses relations quotidiennes...
- ✓ Développer la confiance en soi, l'estime de soi...
- ✓ Donner du sens à sa vie, son emploi, prendre un moment pour soi...



Le coaching

Un coach professionnel certifié n'est ni un psy, ni un thérapeute, il accompagne la personne 'experte de sa vie' vers son objectif, dans le respect des règles déontologiques, du secret professionnel et des compétences régies par l'International Coach Federation.

Le coaching est un processus de changement par questionnement puissant menant à la prise de conscience et l'émergence des ressources pour une mise en action déterminée dans le temps.

Accompagnement personnalisé

- ✓ Explorons ensemble vos champs du possible, vos ressources, vos sources de motivation...
- ✓ Identifions vos freins, vos croyances limitantes qui vous empêchent d'avancer...

Vers...

- ✓ Votre solution, votre réorientation ou orientation, votre projet de vie, vos études...
- ✓ Votre gestion du stress, une prise de parole en public...
- ✓ L'adaptation de votre communication puissante et adaptée, le développement de votre leadership...

Par...

- ✓ Un coaching orienté solution(s) et mise en action;
- ✓ Un développement de vos compétences comportementales ou managériales;
- ✓ La croissance de la confiance en soi et/ou de votre positionnement...

