



# le Coaching

*Changez vos habitudes et vous changerez votre vie*

## I/ Qui suis-je ?

Je m'appelle Mylène PECCLET et je suis la créatrice de 'Un temps pour Etre'.

Pour moi, nos rêves sont faits pour être vécus, ils sont comme une boussole interne qui nous guide vers la réalisation de notre être. Je pense que nous ne nous faisons pas suffisamment confiance et que la plupart d'entre nous (c'était mon cas avant) pensons être insuffisant ou incomplet. J'aime demander :

*'Si vous aviez complètement confiance en vous, si vous saviez que vous êtes suffisant, que vous êtes même plus que suffisant, qu'est-ce que vous pensez que cela pourrait changer dans votre vie ?'*

Lorsque l'on commence à s'interroger sur ce type de questions nous nous ouvrons les portes d'une nouvelle vie pleine de possibilités ou nous sommes maîtres de décider de ce à quoi nous allons dire oui et ce à quoi nous allons dire non ! Nos rêves nous semblent alors étonnamment réalisables et c'est tout naturellement que nous nous dirigeons dans leur direction !

Croire en moi et suivre mes rêves est un défi que je me suis lancé il y a un peu plus de 3 ans. Aujourd'hui, je suis totalement transformée, désormais, je ne ressens plus ce vide intérieur, ni cette sensation d'incapacité à décider pour moi. Je n'ai plus l'impression que je dois subir les événements de la vie mais qu'au contraire la vie arrive pour moi, juste au parfait moment, au parfait endroit.

Mon aspiration à aider et guider les autres à développer leur potentiel m'a mené sur la voie du coaching. Diplômée d'un certificat de coach de santé et de coach de vie, j'ai à cœur de mettre mes nouvelles aptitudes à votre service pour vous aider à bâtir votre vie de rêve !

## II/ Qu'est-ce qu'un coach et à quoi sert-il ?

Un coach vous aide à dépasser vos peurs de façon à ce que vous puissiez révéler votre plus grand potentiel et ainsi créer la vie que voulez.

Il est un guide, qui de par les questions qu'il pose, le support qu'il apporte, les informations et les outils qu'il transmet vous facilite le processus de changement d'habitude en le rendant à la fois efficace et intuitif.

Inspirez, prendre les actions nécessaires qui vont petit à petit transformer votre vie vous est facile et vous changez sans même vous en rendre compte!

## III/ Comment prend lieu une séance?

- Vous pouvez venir directement à mon domicile, un échange direct est toujours intéressant car il reste plus vivant.
- La séance peut également tout à fait prendre lieu par téléphone, ou, si vous désirez un visuel via whats App ou Messenger, c'est vous qui choisissez. Dans ce cas, il est important de vous trouver

dans un lieu calme et de prendre des mesures pour ne pas être dérangé pendant le temps de l'appel.

#### IV/ Formules, tarifs et moyen de paiement

##### **90 jours pour me dire oui :**

Osez enfin affirmer ce qui vous plait et accueillez la version 2.0 de vous-même !

Apprenez a :

- Reconnaitre vos réels besoins et a y répondre,
- Ecouter votre voix authentique pour atteindre votre potentiel,
- trouver l'équilibre entre être et avoir et réaliser vos rêves.

- 12 séances d'une heure de coaching (1 par semaine) pendant 90 jours : 450 euros\*
- 45 euros : 1 Séance découverte d'une heure avant engagement\*\*

Elle nous permet de définir une image claire de ce que sont vos objectifs et de ce qu'ils représentent pour vous. Nous cherchons également à comprendre ce qui vous bloque ou vous ralentis dans la réalisation de vos projets. Vous saurez alors quelle décision prendre quant au meilleur chemin à suivre pour vous et je ne partagerais le déroulement du programme que je propose uniquement si cela vous intéresse. Mon objectif en tant que coach est de vous apporter l'écoute et l'accompagnement dont vous avez besoin cela sera possible et effectif uniquement si vous sentez que je suis la personne idéale pour cela et que le support que je vous apporte vous correspond :

\*Possibilité de paiement en 3 fois moyennant 13% supplémentaire soit 510 euros (3 x 170 euros)

\*\* Sur engagement au programme cette séance vous est offerte

Si à la fin du programme vous n'êtes pas satisfait des résultats, je m'engage à vous rembourser un tiers du prix, soit 150 euros sous réserve que :

- Vous ayez assisté à toutes les séances en un maximum de 100 jours.
- Vous ayez mis en application les actions que nous avons définis chaque semaine.
- Vous partagiez avec moi les raisons de votre insatisfaction, ce qu'il vous manque.

J'accepte les paiements en espèces, chèques, virements bancaires ou PayPal.

*En tant que coach je vous apporte le système et le support dont vous avez besoin pour vous aider à développer jour après jour la meilleure version de vous-même. Cependant, il est important de comprendre que même si je vous garantis un procédé simple et efficace le changement commence avec vous. Votre bonne responsabilité est donc primordiale, lorsque vous vous engagez à suivre le programme vous reconnaissez ceci et acceptez que la mise en pratique et la prise d'action fait partie intégrale du système de transformation et sera nécessaire à votre réussite !*

## VI/ Combiner la flottaison

De par ses nombreux bienfaits, la flottaison vous libère totalement de votre stress qu'il soit physique ou mental, elle vous apaise et vous procure naturellement plus d'énergie.

En plus d'être exceptionnellement relaxante, en ajoutant une séance de flottaison avant votre coaching vous vous offrez un moyen de calmer votre mental. En paix et connecté à vous-même, c'est le moment idéal pour investir votre énergie dans la mise en lumière de ce qui a vraiment de l'importance pour vous et de ce que vous souhaitez réaliser.

Cet état de clarté facilite le travail de coaching et le rend encore plus agréable et intéressant !

Si vous pensez que cette association vous permettra d'accroître les bénéfices de votre séance de coaching n'hésitez pas à me contacter pour la compléter d'une heure de flottaison.

Pour en savoir plus sur la flottaison : <https://www.untempspouretre.com/>

## VII/ Accès et contact

Mylène PECCLET

☎ 07 66 10 37 57

✉ mylenepeccllet@hotmail.fr

4 place de l'Église 25530 CHEVIGNEY-LES-VERCEL

