

Pour tout renseignement:

Nathalie DEBELLE: 06 13 40 69 58



L'hypnose est un outil merveilleux pour explorer et développer nos ressources, pour changer nos habitudes, pour orienter notre subconscient vers le mieux-être et le mieux-vivre.

« Prenez soin de vous réellement, journallement, car vous êtes unique et extraordinaire » J.Salomé

Prendre soin de soi, c'est prendre ce temps d'un travail personnel pour écouter nos émotions, revisiter nos fractures de vie et **devenir « un bon compagnon pour soi-même »**.

C'est sur ce chemin que je vous propose de vous accompagner avec bienveillance...

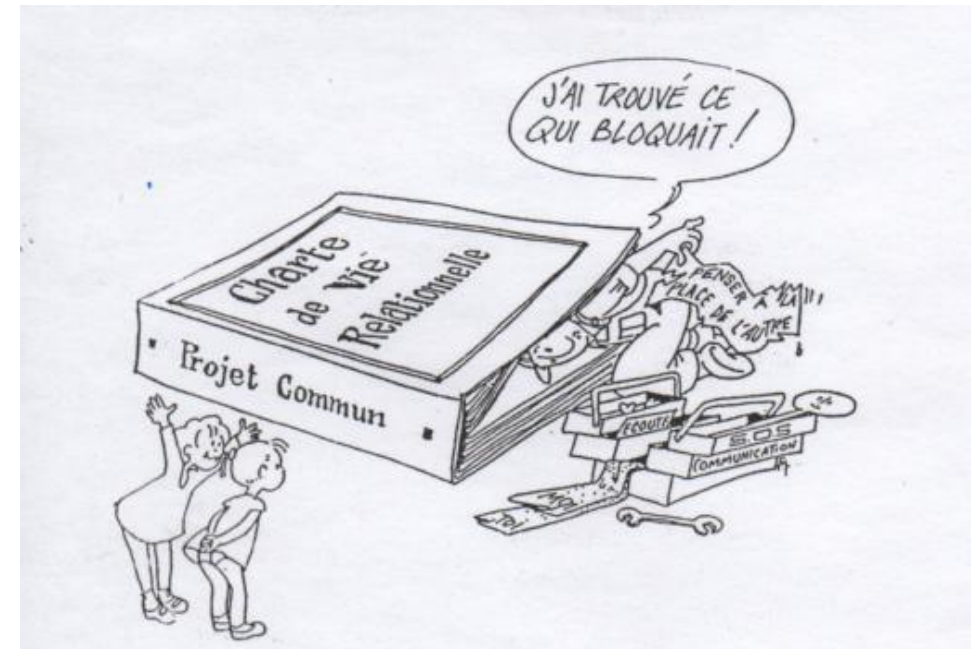
Forte d'une expérience de plus de vingt ans dans le monde de l'entreprise, je me suis formée à la **Méthode ESPERE® de Jacques Salomé** et j'accompagne aujourd'hui toute personne qui souhaite mieux vivre ses relations, tant personnelles (relation à soi-même, relations parents-enfants, relations de couple, relations familiales) que professionnelles.

L'hypnose m'est apparue comme indispensable pour vous permettre de vivre et d'intégrer en profondeur, vos propres changements.

Mon désir est de vous accompagner vers ce « mieux être » en vous apportant les outils nécessaires (des repères en communication relationnelle, renforcés par l'hypnose et la pratique de l'auto-hypnose) **pour vous permettre d'avancer dans la vie vers le meilleur de vous-même.**

www.hypnosalys.fr/ndebelle
www.communiquer-et-grandir.com

Vivre autrement ses relations Pour une écologie relationnelle



Méthode ESPERE® de Jacques Salomé
Hypnose mixte -Hypnosalys®

Nathalie DEBELLE

Formatrice en Communication et Relations Humaines
Praticienne en Hypnose

- **Conférences à l'UP Mulhouse**
- **Accompagnement Individuel**
- **Stages**

Stages

Si vous réunissez un petit groupe de 6 personnes minimum, je me déplace et organise des ateliers à thème : **relation parents-enfants, relation de couple, relation à soi, relation professionnelle**

Pour les stages en entreprise, je vous invite à me contacter directement

Conférences sur le programme de l'UP

Accompagnement individuel

Un accompagnement individuel ponctuel ou dans la durée pourra se faire en fonction des besoins pour clarifier vos interrogations, pour oser aller plus loin vers un mieux-être. :

- **Améliorer la qualité de ses relations personnelles** (relation à soi, relation parent/enfant, relation de couple, relation familiales...)
- **Améliorer la qualité de ses relations professionnelles** (positionnement, affirmation, travailler un projet, oser dire...)
- **Arrêter de fumer**
- **Développer l'estime de soi**
- **Canaliser vos émotions**
- **Gérer votre stress**
- **Mincir durablement**

Tarif : 70€ l'heure

Conférences interactives à l'UP MULHOUSE

« Vivre en couple dans la durée tout en restant différent »

Les différentes étapes de la vie d'un couple pour passer de 1 à 3 ! Les forces d'éclatement et les conditions pour rester en couple.

« Les devoirs à la maison : des clés pour leur donner envie »

Vivre autrement les devoirs de vos enfants à la maison; des repères afin de mieux vivre ce temps et leur donner envie de faire pour eux.

« Améliorer la communication et les relations dans le monde professionnel »

Prendre conscience des principaux pièges et malentendus de la communication en entreprise et développer des outils essentiels à une véritable collaboration dans le monde du travail.

Café pédagogique au restaurant « Aux caves du vieux couvent » à Mulhouse

Ados : faire face à leur silence ».

« Halte au stress ! »

Mieux gérer le stress et la communication dans nos vies personnelles et professionnelles

« Papa Maman, écoutez-moi vraiment! »

Laisser son enfant s'exprimer et l'écouter pour l'aider à grandir. Pouvoir l'entendre sans nécessairement le comprendre et l'aider ainsi à grandir dans la confiance et l'estime de lui-même.

Nathalie DEBELLE

**Membre agréé de l'Institut ESPERE International
Membre du réseau des Praticiens Hypnosalys**



Hypnosalys®
Hypnose mixte