
Domaine des Belles âmes

CATALOGUE DES PRESTATIONS





Retraite de yoga p.6

2 jours pour apprendre à s'aimer p.9

Soirée des Belles Âmes p.16

Séminaire : une méthode pour des dirigeants d'exception p.18

Privatisation du Domaine des Belles Âmes p.22

Notre équipe p.24

Informations pratiques p.26

Week-end Yoga/Breathwork pour apprendre à s'aimer

Et si vous preniez un moment rien que pour vous ?

Dans cette société où tout va vite, où nous jonglons entre exigences professionnelles, engagements familiaux et attentes multiples, il est facile d'oublier la personne la plus importante : vous-même.



Ce programme est conçu pour
un groupe de
35 participants maximum, du
samedi au dimanche, sans
hébergement
sur place.



Inspirée de son livre “15 étapes pour apprendre à s'aimer”, cette méthode ©BellesÂmes créée par Karine Le Marchand, vous guide pas à pas dans un voyage intérieur.
2 jours de yoga, breathwork et ateliers structurés en trois phases : **le passé, le présent et le futur.**

Ce programme est plus qu'un simple moment d'introspection : c'est une opportunité de transformation profonde, soutenue par des coachs expérimentés, et un livret interactif conçu pour vous accompagner dans votre cheminement personnel.



Session mixte :

Certains week-ends sont ouvert aux hommes et les couples sont les bienvenus.

1 — Le corps et l'esprit : les bienfaits du yoga

Le chakra de la gorge (pour mettre des mots sur les maux) ainsi que le chakra du cœur (pour s'ouvrir à l'amour de soi) sont explorés pendant deux jours. Quel que soit votre niveau (débutant ou confirmé), deux professeures de yoga vous guident dans ce cheminement spirituel et sportif.

2— Le Breathwork : mieux respirer pour mieux s'aimer

Le Breathwork est une pratique de respiration consciente et contrôlée visant à libérer les tensions physiques, émotionnelles et mentales, et à favoriser un état de mieux-être profond.

3 — Le programme :

Du samedi 10h au dimanche 18h, chacun alterne yoga, breathwork et ateliers collectifs (temps d'introspection guidée et exercices individuels). Chaque participant reçoit le livre "15 étapes pour apprendre à s'aimer", un carnet d'exercices de développement personnel, à remplir tout au long du séjour. Ce carnet devient un outil concret, pour poursuivre votre réflexion et vos progrès, après le séminaire.

J O U R N É E 1	C O M P R E N D R E E T L I B É R E R L E P A S S É
Grâce à des ateliers collectifs et un travail introspectif guidé, vous serez accompagné dans ce processus de libération par nos coachs expérimentés. Cette étape fondamentale vous permettra de : — Reconnaître vos peurs, vos blocages et vos fragilités — Identifier les événements marquants et les paroles blessantes qui ont contribué à vos insécurités	
J O U R N É E 2	V A L O R I S E R V O T R E P R É S E N T
La deuxième matinée est essentielle pour s'ancrer avec force et détermination dans le présent. Cette étape vous aidera à : — Découvrir vos forces et vos qualités, souvent sous-estimées ou ignorées — Affirmer ce qui est précieux et rare chez vous — Identifier les personnes ressources, même symboliques ou disparues	
J O U R N É E 2	D É C I D E R V O T R E F U T U R
La deuxième après-midi est consacrée à la prise en main de votre avenir, entre affirmation et épanouissement de soi. Vous apprendrez à : — Devenir l'adulte bienveillant qui saura prendre soin de l'enfant qui est en vous — Développer votre féminité (ou masculinité) selon vos figures inspirantes — Accepter d'être heureux, et bâtir un projet accessible, en harmonie avec vos aspirations profondes.	

4 — Le groupe après le programme

Un véritable changement s'inscrit dans le temps. Pour ancrer durablement vos progrès, l'effet groupe Whatsapp (avec tous les stagiaires et les coachs) est fondamental pour garder le lien et créer de nouvelles amitiés.

Soirée des Belles Âmes

Au pied de la Sainte Victoire, tout Paris vient à vous. Les Soirées des Belles Âmes offrent à vos collaborateurs, clients ou partenaires une expérience exclusive, où élégance et raffinement se mêlent dans le cadre unique du Domaine.

Privatisation pour entreprises uniquement.



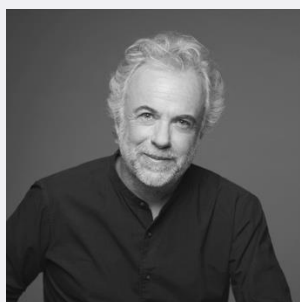
Imaginez un dîner haut de gamme servi par un grand chef, un concert privé, ou une rencontre exceptionnelle, avec un conférencier prestigieux ou un artiste de renom...

Hommes et femmes politiques, philosophes, scientifiques, artistes ou sportifs de haut niveau, chercheurs...

Ces personnalités exceptionnelles partagent avec vous leurs expériences et leurs visions du monde, leurs espoirs et leurs solutions pour un monde meilleur. La gastronomie, l'art et la pensée se rencontrent au Domaine des Belles Âmes pour une expérience unique.



© FRANCISCO BRAV



Chaque événement est entièrement sur mesure, pensé selon vos besoins et l'ADN de votre entreprise, afin de créer une soirée qui saura marquer durablement vos invités.

DEVIS SUR DEMANDE À : contact@domainedesbellesames.fr

Séminaire : Une méthode pour des dirigeants d'exception

Aujourd'hui dans le monde entrepreneurial, l'humanité et l'empathie sont devenues des valeurs fondamentales. Les dirigeants sont jugés non seulement sur leurs performances, mais aussi sur leur capacité à gérer humainement leurs équipes. Le management autoritaire et cruel est révolu, voire prohibé.



Aux États-Unis récemment, certains grands CEO ont été remerciés, car leur comportement vis-à-vis des employés ne répondait pas aux nouvelles normes de bienveillance et de respect, en phase avec les valeurs de l'entreprise. La réputation d'un dirigeant impacte celle de l'entreprise, et qu'on le veuille ou non, quels que soient les résultats, le bad buzz fait loi.

Les managers doivent intégrer les conséquences de #Metoo bien sûr, mais ont aussi pour obligation désormais de développer leur intelligence émotionnelle, leur capacité à communiquer avec fluidité et authenticité, tout en gérant les crises (internes et réputationnelles) et les enjeux.

Vaste programme, pour des dirigeants qui veulent souvent bien faire, mais qui ont été formatés depuis les grandes écoles, au culte du résultat, aux objectifs chiffrés, et à l'autorité du chef... Notre méthode ©BellesÂmes, a été conçue par Karine Le Marchand, justement pour les dirigeants d'exception, afin de les accompagner, et les ouvrir à ces changements nécessaires, afin qu'ils deviennent une référence dans le monde managérial de demain.

Privatisation pour entreprises uniquement.

NOTRE MÉTHODE SE DÉROULE EN TROIS PHASES ESSENTIELLES : PRÉPARATION, SÉMINAIRE ET SUIVI PERSONNALISÉ.

1 — La préparation

Chaque participant est interviewé par un membre de notre équipe, sur sa personnalité, ses attentes, ses limites, ses croyances, ses demandes et ses besoins spécifiques. Après une réflexion avec nos coachs et Karine Le Marchand, un programme sur mesure est ensuite proposé, selon la durée envisagée, et les objectifs à atteindre.

2 — Le séminaire (9h/18h, sans hébergement sur place)

Pendant un jour ou deux, voire plus (à définir) les participants prennent part à des workshops, des conférences, des ateliers, des sessions individuelles....

+ Ateliers de gestion de crise : animés par un ancien directeur de cabinet de ministre, des exercices pratiques et études de cas permettent aux participants de s'entraîner à gérer des situations complexes, tout en maintenant une cohérence émotionnelle.

+ Session de développement personnel : animée par Alice Herbin, spécialiste de la narration de soi (journaliste depuis près de 20 ans) et formatrice certifiée en intelligence émotionnelle. Différents outils sont mis en place pour travailler sur l'estime de soi, la gestion des émotions et du stress, que ce soit à travers des exercices pratiques, des mises en situations, des échanges en petits groupes ou de manière individuelle.

+ Improvisation sur des situations concrètes : animées par Youssef Hadji (comédien, réalisateur, auteur), ces séances, apprennent à réagir de manière la plus humaine possible, à des situations de crise, à des échanges tendus ou délicats (licenciement, négociation) en intégrant l'improvisation et la spontanéité dans les prises de parole.

+ Approche holistique : selon les besoins et tempéraments de chacun, avec nos coachs certifiés, nous intégrons des pratiques telles que : sport, musculation, boxe, breathwork, massage holistique, pleine conscience, voyage sonore, yoga, méditation... Tous nos coachs sont aguerris à la reconnexion de soi, et à la gestion des défis du quotidien (en groupe ou séance individuelle).

+ Ateliers collectifs d'expression corporelle : animés par Mathilda May, ces exercices ludiques et dynamiques servent à explorer les capacités expressives du corps.

Masterclasses en créativité : Développement de l'écoute sensible, de l'observation et de la connexion avec les autres.
Sessions BtoB : Renforcement de la synergie et de la cohésion dans les équipes, adaptées aux besoins spécifiques des managers et entreprises.

+

Les participants sont logés à l'extérieur du Domaine, mais peuvent dîner sur place (possibilité d'organiser un dîner prestigieux au Domaine), afin d'«intégrer» ensemble leurs sessions du jour.

3 — Le suivi post-séjour

Le changement n'est pas instantané. C'est pourquoi, après le séjour, un suivi personnalisé est mis en place par téléphone (visio ou présentiel possible) pour assurer la pérennité des bienfaits du séminaire.

Que ce soient des consultations avec certains de nos coaches, ou un visio avec toute l'équipe, ou en tête à tête avec Karine, ce suivi aide à ancrer les nouvelles habitudes, et à mesurer la progression des objectifs clairs comme : mieux gérer la pression, éviter le burnout, ou encore mieux maîtriser l'influence de nos émotions au quotidien.

La Méthode des Belles Âmes repose sur l'accompagnement au long cours, et il est fort à parier que nos clients deviendront des fidèles. Session après session, notre méthode promet un changement profond et durable, bénéfique pour chacun et pour toute l'entreprise.



Privatisation du Domaine des Belles Âmes

Un lieu inédit pour vos réceptions privées et vos événements professionnels. Offrez-leur un cadre exceptionnel, en privatisant le Domaine des Belles Âmes, un lieu d'exception niché au cœur d'Aix-en-Provence. Notre domaine, avec ses espaces élégants et sa terrasse donnant sur la Sainte-Victoire, est le cadre parfait pour des moments inoubliables.



Que ce soit pour une journée d'entreprise, une présentation de produit, ou un événement privé exclusif, notre domaine s'adapte à vos besoins, et vous garantit un service haut de gamme, sur mesure. Nos différents espaces privilégiés seront adaptés à vos événements :

- Cocktail en plein air
- Shooting et tournage
- Lancement de produit et showroom
- Séminaire d'entreprise et formation
- Team building
- Séminaire d'intelligence collective (voir la méthode ©BellesÂmes)
- Réceptif privé (concert, conférence, dîner)
- Week-end de demande en mariage (2 personnes avec chef étoilé)
- Compétition chic de pétanque

DEVIS SUR DEMANDE À : contact@domainedesbellesames.fr

Le Domaine des Belles Âmes est un écrin raffiné où l'authenticité et l'art de vivre se côtoient pour sublimer l'instant.



+ **Jardin arboré** d'un hectare, équipé d'un boulodrome de compétition (réglementaire de 15 mètres par 6), éclairé la nuit

+ **Terrasse** de 400 m²

+ **Espace piscine** de 500 m²

Pour des raisons de sécurité, l'accès au domaine est restreint, et le parking peut accueillir un maximum de 10 véhicules. Un service de navette en van sera mis à disposition.

DEVIS SUR DEMANDE À : contact@domainedesbellesames.fr

Nos Artistes

Mathilda May

EXPRESSION ET CRÉATIVITÉ

"Le corps possède un langage plus authentique que les mots ; il exprime ce qui nous échappe et révèle notre vérité"



Mathilda May est une artiste multidisciplinaire dont le parcours est marqué par l'exploration de la danse, du théâtre et de la musique. Sa carrière a débuté en tant que danseuse et comédienne, avant qu'elle ne devienne autrice et metteuse en scène de spectacles visuels acclamés, tels que Open Space, Le Banquet ou encore Monsieur X. Ce travail a forgé son approche unique : un langage non verbal où le corps, libéré des contraintes du texte, devient un moyen d'expression universel. Convaincue que les gestes parlent plus que les mots, elle met à profit ses expériences pour aider chacun à découvrir son potentiel créatif et émotionnel à travers le mouvement.

Elle accompagne et guide les participants vers une meilleure connaissance d'eux-mêmes. À travers des ateliers immersifs, elle invite à dépasser les blocages émotionnels et à libérer la créativité par le mouvement. Son approche s'adresse aussi bien à des managers, recherchant une meilleure cohésion d'équipe, qu'à des particuliers en quête de transformation personnelle.

Judith Elmaleh

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL PAR L'HUMOUR



"L'authenticité est la clé de la connexion humaine. Oser être soi-même, c'est le premier pas pour s'adresser aux autres."

Judith est une artiste aux multiples talents, auteure et metteuse en scène pour le cinéma, la télévision, et le théâtre. Elle débute en 2009 dans l'écriture de spectacles comiques, notamment pour "Papa est en haut", l'un des plus grands succès de son frère, Gad Elmaleh. Elle se consacre aussi au théâtre, où elle connaît de grandes réussites, avec des pièces comme "La Garçonnière" et, en 2023, "Suite Royale", une comédie mettant en scène Julie de Bona et Elie Semoun. Judith est également l'auteure de "Une reine", un roman dramatique teinté d'humour et inspiré de sa propre histoire familiale, qui est en cours d'adaptation au cinéma. En parallèle, elle collabore à l'écriture et la mise en scène d'émissions télévisées populaires, telles que Vendredi Tout Est Permis, Les Invisibles, et Stars sous hypnose.

Travailleuse de l'ombre, Judith excelle dans l'art de transformer les vécus individuels pour les mettre en lumière, aidant chacun à atteindre son potentiel comique. Grâce à son expérience, elle enseigne désormais l'écriture de spectacles comiques, apportant une bienveillance et une motivation uniques, pour que chaque personne puisse tirer le meilleur d'elle-même. Au Domaine des Belles Âmes, Judith anime des stages axés sur l'exploration de soi, à travers l'improvisation et l'humour. Elle guide les participants dans la découverte de leur "personnage comique", favorisant une expression authentique et libérée. Ses séances sont conçues pour encourager la créativité et l'improvisation, permettant à chaque participant d'évoluer à son propre rythme.

Youssef Hajdi

EXPRESSION CORPORELLE ET MAÎTRISE DE LA PAROLE



"Si vous êtes dans le passé, vous êtes dépressif. Si vous êtes dans le futur, vous êtes anxieux. Si vous êtes dans le présent, vous êtes en paix."

Né à Tarascon et ayant grandi dans le Gard à Beaucaire, Youssef Hajdi a toujours été passionné par l'expression artistique. Dès son plus jeune âge, il se plonge dans la danse, s'inspirant de figures telles que Michael Jackson et James Brown, avec pour rêve de monter sur scène. Youssef a suivi un parcours riche et varié. Après avoir exploré différents métiers, il a trouvé sa véritable vocation dans l'art dramatique, guidé par des mentors qui ont vu en lui un talent naturel pour l'interprétation.

Aujourd'hui, Youssef utilise son expérience artistique et son profond intérêt pour l'humain pour proposer un coaching complet sur la maîtrise du corps et de la parole, destiné aux dirigeants, managers et cadres d'entreprise. Il leur permet d'incarner fermeté et humanité dans leur communication professionnelle. Son accompagnement au long cours vise à les aider à rester ancrés, tout en préservant l'humanité dans les situations les plus délicates. Pour Youssef, le processus de transformation commence dès le franchissement du portail du Domaine.

Nos Coachs



Alice

COACH EN INTELLIGENCE ÉMOTIONNELLE

"Les émotions sont nos alliées. Qu'elles nous soient agréables ou non, elles disent quelque chose de nous et nous devons les écouter pour mieux être."

Alice est formatrice certifiée en intelligence émotionnelle. Elle est aussi spécialiste de la narration de soi, grâce à son expérience de près de 20 ans en tant que journaliste auprès de médias tels que TF1, M6, RTL et France Télévisions. Elle collabore également avec de grandes entreprises comme L'Oréal, AXA, ainsi que des institutions prestigieuses.

Depuis 5 ans, elle travaille aux côtés de Karine Le Marchand sur des émissions telles que « Une Ambition Intime », aidant à approfondir la connaissance émotionnelle des invités avant les interviews. Son métier ? Raconter des histoires et révéler les émotions humaines. Avec son organisme de formation, La Narratrice, Alice accompagne les participants dans l'accueil, la compréhension et la gestion de leurs émotions, en mettant l'intelligence émotionnelle au service de leur développement personnel et professionnel.

.



Ludovic

COACH PRÉPARATEUR MENTAL

“Faites de votre cerveau votre allié”

Ludovic Savariello est un coach professionnel certifié, préparateur mental et formateur reconnu, spécialisé dans les neurosciences, la PNL (Programmation Neuro-Linguistique) et l'hypnose. Fort d'une expérience de 25 ans en tant qu'entrepreneur et dirigeant, il a accompagné des figures emblématiques comme certains footballeurs de l'équipe de France, champions du monde 2018, et Élodie Clouvel, médaillée olympique. Passionné par le développement des ressources mentales, il a créé sa propre méthode, JUMP@, qui aide les participants à transformer leurs schémas limitants en leviers de performance. En plus de ses activités de coaching, Ludovic est également l'auteur du livre "Votre cerveau, fournisseur officiel de bonheur", où il partage le mode d'emploi de notre cerveau. À travers cet ouvrage, il explique comment optimiser son fonctionnement pour éviter qu'il ne déraile, et en tirer le meilleur parti pour améliorer son bien-être et ses performances au quotidien.

Au Domaine des Belles Âmes, Ludovic propose des formations personnalisées pour dirigeants, managers et équipes. Ses interventions sont conçues pour développer la résilience mentale, les capacités managériales, l'intelligence émotionnelle, renforcer la communication authentique et accroître les performances individuelles et collectives. En collaboration avec d'autres coachs comme Youssef Hajdi, il offre une approche multidimensionnelle, mêlant introspection, expression corporelle et gestion émotionnelle.

Audrey

ENSEIGNANTE DE YOGA ET VOYAGE SONORE

"Inspirez le futur. Expirez le passé"



Audrey est enseignante de Kundalini Yoga, Yin Yoga, et praticienne en voyage sonore. Ancienne mannequin et comédienne, elle découvre le yoga lors d'une retraite de Kundalini Yoga, expérience qui transforme sa vie. Elle se consacre depuis à guider ses élèves vers une relaxation profonde et une reconnexion personnelle. Aujourd'hui basée à Marseille, elle collabore avec le Domaine des Belles Âmes, pour offrir des séances qui favorisent la transformation intérieure et le lâcher-prise.

Elle propose des expériences de bien-être alliant kundalini yoga, yin yoga et voyage sonore, spécialement conçues pour offrir une parenthèse de sérénité et de régénération aux participants. En collaboration avec Marion Bixio, elles ont créé une session unique (à 4 mains) pour le Domaine des Belles Âmes, qui transporte les participants dans un univers sonore profond et immersif, idéal pour le lâcher-prise.

Marion

ENSEIGNANTE DE YOGA ET VOYAGE SONORE

"La vibration permet de nous sentir vivants. Elle nous guérit, nous libère, nous harmonise, nous élève ! Alors faites vibrer votre vie !"



Marion est professeur de yoga, spécialisée en chakra yoga, yin yoga et voyage sonore. Ancienne directrice de publication et toujours journaliste, c'est lors d'un voyage à Tanger, qu'elle a instinctivement guidé une séance de yoga à ses amis. Cette expérience a éveillé en elle le désir de transmettre cette discipline. Depuis, elle s'est formée en Hatha Yoga, au Yin Yoga et à la Sonothérapie, et a continué à enrichir son approche, en intégrant ses connaissances sur l'énergétique. Le yoga est selon Marion, un moyen puissant de transformation personnelle, pour ceux qui le pratiquent. Passionnée par l'énergétique, les chakras et le développement personnel depuis toujours, elle a créé une méthode unique, qui mêle ses connaissances en yoga à sa sensibilité de journaliste.

Marion propose des cours de yoga énergétiques et harmonisants dans un flow de postures autour des chakras, et aussi des expériences alliant yin yoga (étirements des fascias et tissus conjonctifs) et voyage sonore, spécialement conçues pour offrir une parenthèse de sérénité et de régénération aux participants.

En collaboration avec Audrey Petoud, elles ont créé une session unique à 4 mains pour le Domaine des Belles Âmes qui transporte les participants dans un univers sonore profond et immersif, idéal pour le lâcher-prise, dès la première session.

Mélanie

THÉRAPEUTE

"Les pieds sur terre, la tête dans les étoiles"



Mélanie est praticienne en massage, spécialisée en fasciathérapie, deep tissue, drainage lymphatique et chi nei tsang (massage du ventre) . Elle a commencé son parcours dans les années 2000 avec le massage deep tissue, sans intention d'en faire une carrière. Cependant, au fil des années et des rencontres, elle a développé une approche holistique qui combine le travail physique, énergétique et émotionnel. Mélanie adapte chaque séance, le jour J, aux besoins spécifiques de ses clients. Guidée par une sensibilité spirituelle, elle perçoit ce qui ne se voit pas et aide ses clients à relâcher les tensions, retrouver leur mobilité et apaiser leur esprit. Ses clients viennent de toute la France uniquement pour bénéficier de ses mains.

Mélanie propose des séances de revitalisation holistique pour libérer les tensions physiques tissulaires, énergétiques et émotionnelles. Grâce à sa grande sensibilité, et à sa compréhension intuitive du corps (fascias, muscles, organes, tensions...) elle crée des soins adaptés aux besoins de chaque participant, en favorisant le lâcher-prise et la réharmonisation intérieure.

Noé

COACH SPORTIF ET MENTAL

"Revitalisation holistique du corps et de l'esprit."



Noé Mendelsohn est un coach sportif et entrepreneur passionné par le bien-être global et l'équilibre de vie. Il possède plus de 15 ans d'expérience dans le coaching personnalisé, incluant la création d'espaces de fitness haut de gamme et l'accompagnement en développement personnel. Diplômé d'un Brevet d'État des métiers de la forme, Noé a également suivi des formations spécialisées en fitness, incluant des certifications reconnues comme celles de Les Mills Academy. Son parcours unique lui permet d'offrir une approche complète qui va au-delà du sport, intégrant à la fois le corps et l'esprit.

Noé propose des séances de revitalisation holistique conçues pour permettre aux participants de se reconnecter profondément à eux-mêmes, en alliant entraînement physique et pratiques de relaxation mentale. Grâce à une approche basée sur le bien-être intégral, il aide les participants à libérer leurs tensions physiques et mentales, tout en renforçant leur énergie et leur clarté intérieure. Noé adapte chaque programme en fonction des besoins individuels.

Antoine

LOVE COACH

"L'amour n'est pas une question de chance, mais de méthode."



L'amour a été bouleversé par deux révolutions : l'avènement des applications de rencontres et des réseaux sociaux, ainsi qu'une redéfinition des rôles dans les relations. Les codes de l'amour ont changé, laissant beaucoup d'individus perdus. Antoine Géraud, fort de ses 8 années d'expérience, s'est donné pour mission d'être un guide dans cette jungle moderne. Depuis 2017, Antoine aide les célibataires à trouver l'amour. Pour lui, c'est bien plus qu'un métier : c'est une vocation. Persuadé qu'une vie trouve son épanouissement dans un amour durable, il voit son travail comme essentiel face à la crise de la solitude connectée. Diplômé de l'ESCP Paris, Antoine a fondé un service de rencontres personnalisées où il a accompagné 2 000 célibataires et organisé 10 000 rencontres.

Au Domaine des Belles Âmes, Antoine Géraud collabore avec Karine Le Marchand pour proposer des événements destinés aux célibataires souhaitant vivre des rencontres authentiques, loin des écrans et des algorithmes impersonnels. Il joue un rôle clé en accompagnant les participants dans leur réflexion sur les relations amoureuses, et en leur donnant des outils concrets pour établir des connexions sincères.

Céline-Alexandra

COACH EN BREATHWORK

"Respirer pour se libérer. Respirer pour lâcher prise. Respirer pour aller de l'avant. Respirer pour déployer son plein potentiel."



Après un parcours de fiscaliste, Céline-Alexandra Pavoine a réalisé un virage à 360 degrés pour se tourner vers le monde du mieux-être. Facialiste privilégiée de nombreuses personnalités, fondatrice de Reveal your Face, un concept de "salle de sport du visage", thérapeute holistique intégrative certifiée en pranathérapie, hypnose quantique, breathwork, Céline-Alexandra a conçu un process de transformation autour de l'intelligence émotionnelle alliant la respiration, la méditation, la visualisation et le mouvement du corps. Les sessions qu'elle propose sont une ode à la Joie, « Breathe and love Joy » est son credo. "Je suis convaincue que la joie est à la fois un vecteur, une source, ainsi qu'une finalité qui peut nous accompagner dans un parcours de transformation profond et durable.

Céline-Alexandra propose des séances de breathwork immersives, créées spécialement pour les participants du Domaine des Belles Âmes. Elle offre un espace unique de libération émotionnelle, d'ancrage, de transformation, d'empowerment. Par une respiration guidée et contrôlée, l'accès à un état de conscience modifiée est propice à la résilience, à l'apaisement, au dépassement de blocages sur le plan physique, mental et émotionnel.

Pierre

COACH EN GESTION DE CRISE

“Enjeux et bonnes pratiques”

Notre expert est reconnu en gestion de crise. Il bénéficie d'un parcours de haut niveau, notamment à l'Elysée, et dans différents Ministères. Il conseille depuis 15 ans les dirigeants des plus grandes entreprises. Comment détecter les crises ? Comment évaluer la menace ? Quelle stratégie de réponse avec quelle équipe pour limiter l'impact sur l'activité ou la réputation ?

Autant de questions auxquelles le coach répond dans un environnement hostile, complexe et incertain. Il se concentre particulièrement sur une vision holistique éprouvée, en incluant la dimension émotionnelle des comportements, rarement pris en compte par les guides de procédures.

Notre coach délivre aux dirigeants, des conseils précis et opérationnels incluant une dimension humaine forte. Sur la base de cas concrets, d'exercices en situation, il permet à chacun de construire un environnement sécurisant qui anticipe et réagit avec pertinence.



Domaine des Belles âmes

CONTACT@DOMAINEDESBELLESAMES.FR | [@LEDOMAINEDESBELLESAMES](https://www.instagram.com/LEDOMAINEDESBELLESAMES) | [DOMAINEDESBELLESAMES.FR](https://www.DOMAINEDESBELLESAMES.FR)
