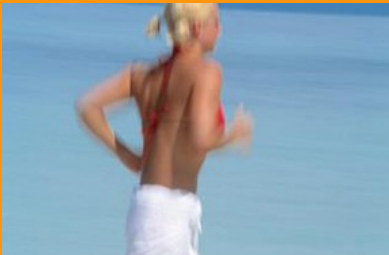




**MANAGER DEL BENESSERE®**  
WELLNESS - FITNESS - BEAUTY - HOLISTIC CONSULTING

*Re-Style Your Life®*

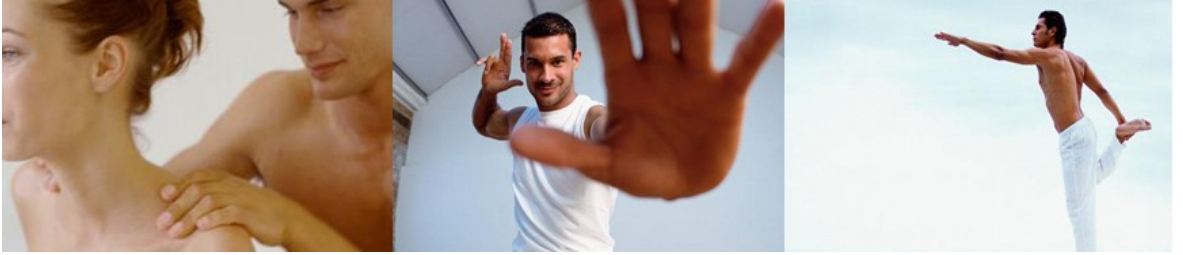


## Cosa Ti Offriamo:

Troverai in noi un valido aiuto per **migliorare le performance, la comunicazione, la formazione e la qualità del lavoro, raggiungere obiettivi e risultati concreti, gestire al meglio le relazioni, perfezionare l'immagine della tua Azienda.** Acquisire Motivazione, Autostima, Energia e Nuovi Stimoli. Attivare Nuovi Canali. Lavoriamo contemporaneamente sugli spazi e sulle persone al fine di migliorarne le 'performance', apportare benessere, creare armonia, donare fiducia, aumentare la produttività, creare il giusto ricircolo energetico. Percorsi individuali e di gruppo, con uno strategico approccio olistico.

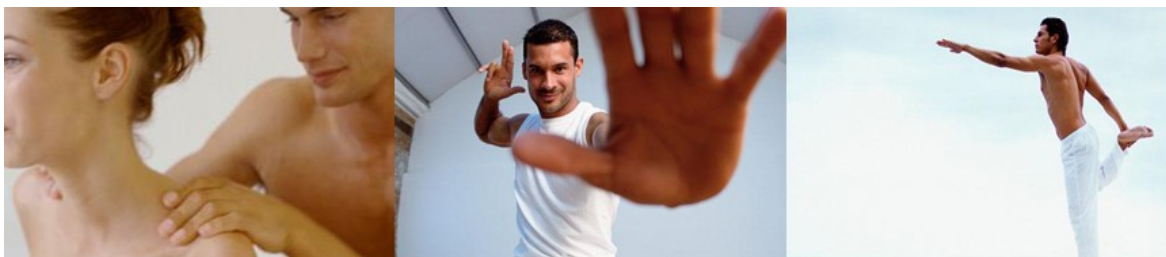
**Wellness Management:** Consulenza, Formazione, Eventi, Comunicazione, Benessere & Lifestyle





# Strategie Wellness & Lifestyle



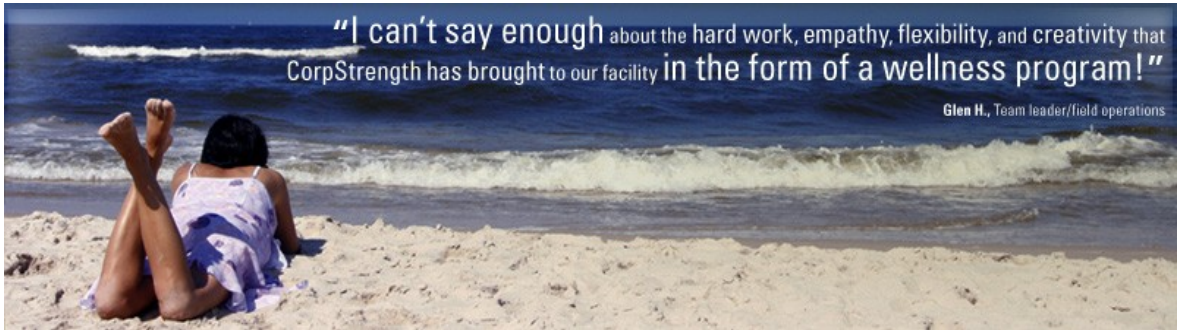


Le migliori strategie e consulenze  
formative personalizzate e marchi in  
assoluta esclusiva nazionale





# Strategie di Successo La Formazione

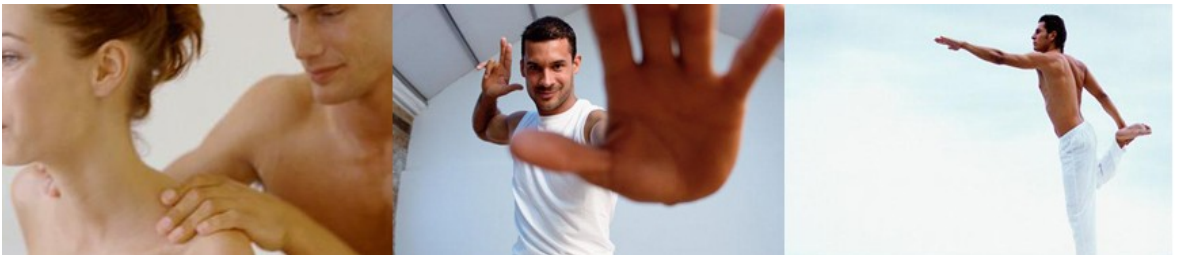


## La Formazione & Le Consulenze

L'Accademia di Manager del Benessere<sup>®</sup>, nota nel settore del benessere, delle discipline **bionaturali** e del **coaching** da anni, nell'ambito delle sue attività, offre diversi programmi a seconda delle esigenze degli operatori del settore medico, farmaceutico, erboristico, estetico, del fitness, naturopatia e massaggio e per soddisfare le esigenze di interventi all'interno di società ed aziende.

Il punto d'incontro per la pratica e la diffusione di percorsi olistici si articola attraverso **consulenze, corsi e trattamenti naturali**, tenuti da professionisti della comunicazione, del coaching, della medicina naturale, del benessere e del settore olistico.

Ci preghiamo, inoltre, di offrirvi il meglio in assoluta esclusiva nazionale. Abbiamo consolidato nel tempo marchi e metodi registrati che vi proponiamo di seguito, sotto forma di interventi presso la vostra struttura, sotto forma di consulenza, di evento o di percorso formativo.



## I Nostri Metodi & Marchi:

MANAGER DEL BENESSERE.  
WELLNESS MANAGER.  
WELLNESS COACH.  
HOLISTIC COACH.  
TRAINER OLISTICO.  
HOLISTIC TRAINER.  
MANAGER OLISTICO.

Sono i nostri cavalli di battaglia, le nostre figure professionali che si integrano, miscelano e perfezionano fra di loro apportando metodi, benessere e qualità ovunque venga richiesto. Ad ogni marchio è associata una figura professionale, un **progetto**, un **metodo**, un **percorso formativo**, in assoluta esclusiva nazionale.

Potete contattarci per un preventivo, una consulenza, la creazione di un percorso formativo, l'inserimento in un evento o una struttura di uno dei nostri metodi.....tutto il resto ve lo cuciremo addosso.



## *I Progetti formativi*

**Sviluppiamo progetti e percorsi formativi per la tua azienda e per la tua clientela in ambito:**

- Manageriale/Gestionale
- Accoglienza, Comunicazione & Vendita
- Settore tecnico & massaggi
- Settore olistico, fitoterapico, erboristico, benessere, fitness & beauty
- Leadership & Motivazione
- Team & figure professionali
- A Marchio in Assoluta Esclusiva Nazionale: MANAGER DEL BENESSERE®, WELLNESS MANAGER®, WELLNESS COACH®, HOLISTIC COACH®, TRAINER OLISTICO®, HOLISTIC TRAINER®, MANAGER OLISTICO®





# Manager del Benessere®:

Uno corso, una figura professionale, un marchio.

Tutto questo e molto di più nel percorso formativo personalizzato che ti 'cuciremo addosso'.

Di seguito i vari step formativi che ti proponiamo per essere operativo a livello manageriale/gestionale e tecnico/operativo nel mondo del benessere/wellness.



## Area: Organizzazione e Successo

**Presentazione:** Saper gestire una Spa e attività collegate al wellness di successo, conoscere le varie strutture ed il mercato, proporre con la corretta comunicazione nuove campagne prodotti e servizi, gestire al meglio le figure professionali. Conoscere le più avanzate tecniche di vendita e negoziazione e gestire le relazioni ed i servizi al cliente. Vendita, Successo, Organizzazione aziendale e Strategie Vincenti.

### **Programma:**

Parte A: SPA di successo, Tipologie di strutture, Figure professionali

Parte B. La Vendita, Negoziazione

Parte C. Il team e i clienti.

Parte D. La Reception e l'accoglienza.

**Quota Iscrizione: € 650,00 + Iva**



## Area: Formazione Manageriale e Team

**Presentazione:** In questo corso verranno affrontati, oltre alle tecniche di rilassamento, respirazione, trucchi per organizzare al meglio la nostra vita lavorativa, personale e sportiva attraverso laboratori mentali e pensiero positivo, tecniche esercizi fondamentali per noi e per relazionarci con il nostro personale, i colleghi di lavoro.

**Programma:** Teambuilding – la gestione del Team, Stress Management – Gestione dello stress e tecniche di rilassamento, Tecniche di respirazione, Pensiero Positivo, Time Management – la gestione del tempo e degli obiettivi

**Quota Iscrizione: € 300,00 + Iva**



## Area: PNL, Psicologia e Gestione

**Programma Parte A:** Gli scopi della comunicazione, Gli elementi della comunicazione, La PNL, Comportamento Verbale e Non Verbale, La Comunicazione Efficace, Assertività, Leadership

**Programma parte B:** Formazione gestione ed organizzazione del personale, Selezione e Gestione del Personale Interno, Gestire figure professionali differenti in uno stesso contesto lavorativo, Potenziare le risorse per una migliore gestione aziendale, Gestire le relazioni con il cliente, Leadership, Motivazione ed Autostima

**Quota Iscrizione: € 500,00 + Iva**



## Area: Struttura

**Programma:** Zona Umida: Centri Wellness, Importanza, descrizione, studio, specifiche e funzionalità tecniche di Sauna, Calidarium, Laconicum, Hammam, Whirlpool, Docce Emozionali. Valutare per scegliere. Area Relax, Spogliatoi. Solarium. Macchinari Estetica. Cabine. SOFTWARE GESTIONALI. Simulazione guidata creazione centro benessere

**Quota Iscrizione: € 500,00 + Iva**



## Area: Marketing e Comunicazione

### **Monotematici su richiesta:**

#### **Titolo:**

- Brand, valorizzarlo e renderlo di successo
- Gestire la relazione ed il servizio al cliente
- Lanciare un prodotto o un servizio
- Come programmare STRATEGIE DI PREZZO
- Realizzare la comunicazione d'impresa, di prodotto e di servizio
- Comunicazione attraverso organizzazione di eventi
- Campagne pubblicitarie

**Quota Iscrizione monotematici: € 150,00 + Iva**



## Area: Emozionale/Olistica

### **Monotematici su richiesta:**

#### **Titolo:**

- Cromoterapia, cromologia e cromologia emozionale
- Aromaterapia e Aromacologia emozionale
- Fiori di Bach
- Intolleranze Alimentari
- Percorsi per smettere di fumare
- Test valutazione Bioenergetica
- Massaggio vibrazionale cromo & cristalli

**Quota Iscrizione monotematici: € 190,00 + Iva**



## Area: Immagine

### **Titolo:**

#### **• Consulenza d'Immagine**

Consulenza/formazione eseguita ad personam e/o team. Su appuntamento. Immagine personale, nel lavoro e nella vita privata. Fortificare l'immagine di sé. Gestione del comportamento, della comunicazione. Postura, voce, rilassamento. Il questionario personale. Il profilo personale. Lo stile di vita. Le dimensioni della vita. Preparazione ad un evento. Giornata personal shopping e consulenza acquisti

**Quota Iscrizione: € 500,00 + Iva**





# *Consulenze & percorsi: scelti per te*

## **Wellness & Holistic Coaching®:**

'Allenarsi al Benessere per Raggiungere il Benessere' con metodo innovativo e tecniche olistiche e benessere.

Elaborazione Piani Individuali (Personali, Lavorativi, Sportivi) e per i gruppi, per il raggiungimento dei propri obiettivi, il miglioramento dello stile di vita e dell'immagine e per il riequilibrio generale psicofisico.

## **Naturopatia & Holistic Training®:**

il Naturopata ed il trainer olistico® Contribuiscono al miglioramento del benessere tramite l'individuazione degli squilibri energetico-funzionali. Consigli alimentari, allenamenti fisici personali e su stili di vita.

I nostri Percorsi Olistici in base alla persona, al gruppo sono tenuti tramite consulenze specifiche da figure professionali esperte quali il Manager del Benessere®, Trainer Olistico®, Wellness Coach®, Holistic Coach®, Naturopata ed Estetologo.



## *Consulenze & percorsi*

Il nostro servizio di **Consulenza d'Immagine** si perfeziona attraverso una serie di percorsi tra loro integrati e perfezionati rivolti a coloro che mirano al miglioramento della propria **immagine interiore ed esteriore**. Il servizio prevede consulenza su come elaborare una migliore immagine personale, un percorso olistico sulla propria immagine interiore, sul migliorare e condurre con efficacia i propri stati d'animo, le relazioni, la gestione dello stress, sul come vedersi e farsi vedere al meglio: autostima, motivazione, nonché consigli sulla scelta di accessori moda, abbigliamento, trucco, immagine estetica generale, integrando l'utilizzo di tecniche benessere, olistiche e gli ultimi trend in ogni settore.

**Consulenza d'immagine personale ed aziendale:**  
l'immagine nella vita privata, nello sport, nello spettacolo, in politica, nella carriera



# LA TUA IMMAGINE E' IL TUO BIGLIETTO DA VISITA

Noi creiamo il tuo **stile di successo**, la tua immagine secondo le tue esigenze e valorizziamo la tua **personalità**. Tu perfezioni il tuo **look**, la tua **comunicazione**, il tuo **portamento**, il tuo **modo di essere**.

- sviluppo di **immagine di successo**
- analisi del tipo fisico, **riequilibrio aspetto e forma fisica**
- analisi e **sviluppo personalità**, gestione dello stress
- studio della **comunicazione non verbale**
- valutazione **postura, portamento e comunicazione**
- scelta **abbigliamento e prodotti cosmetici**
- creazione **guardaroba**
- gestione **eventi**, cene di lavoro, discorsi in pubblico, eventi sociali, eventi privati (matrimonio, laurea, compleanno), colloqui di lavoro
- **personal & team coaching**
- **personal shopping e acquisti su commissione**
- **serate trendy**, happy hour, risto e dopocena nei migliori locali
- le più **esclusive spa** al tuo servizio



## *Le Consulenze in chiave Olistica:*

- **Gestione dello Stress e Tecniche di Rilassamento:** Allenati ad essere sempre alla grande! Tecniche di rilassamento, respirazione, inseriamo trucchi per organizzare al meglio la nostra vita personale e lavorativa, attraverso laboratori mentali e pensiero positivo, tecniche ed esercizi utili per noi e per relazionarci con il nostro privato e con la vita lavorativa.
- **Fiori di Bach:** Colloquio consulenza sui fiori di Bach, che con la loro energia vibrazionale ci aiutano a superare Paura, Incertezza, Disinteresse per il Presente, Solitudine, Ipersensibilità, Depressione, Cura Eccessiva per gli altri
- **Cromoterapia e cromologia emozionale:** Riequilibrio energetico, fisico ed emozionale tramite l'utilizzo dei colori e della penna luminosa
- **Aromaterapia:** Un bellissimo viaggio tra olii essenziali ed emozioni. Una consulenza che mira a risolvere i piccoli grandi problemi fisici ed emozionali tramite la scelta e l'utilizzo di oli essenziali



## *Le Consulenze in chiave Olistica:*

**Cristalli & Co:** sessioni individuali di riequilibri energetici e vibrazionali tramite l'ausilio di cristalli. Vi aiuteremo, inoltre, a scegliere i cristalli per il vostro benessere in ufficio, in azienda e a casa, affinché si riattivi l'energia in voi ed in qualsiasi spazio voi frequentate.

▫ **Arte e Benessere:** creazione e inserimento di alcune opere d'arte all'interno di determinati ambienti personali (casa), lavorativi(uffici, aziende, attività commerciali e sportive) per migliorare l'apporto delle singole persone e la sintonia all'interno di uno staff, in estrema sintesi ogni spazio viene organizzato nel modo migliore per comunicare benessere (Holistic Coaching and Art for High Performance<sup>®</sup>).



## *Rigenerazione:*

**Rigenerazione Respiratoria:** La Rigenerazione respiratoria si avvale di una serie di tecniche che lavorano su emozioni e respiro al fine di sbloccare e gestire al meglio ogni situazione personale, familiare, scolastica e lavorativa.

- **Rigenerazione Biocellulare:** La rigenerazione biocellulare è un efficace antidolore, antinvecchiamento, post traumi sportivi
- **Rigenerazione e Rilassamento Emozionale:** consulenza mira ad un rilassamento totale che coinvolga il corpo, la mente, lo spirito e le emozioni



## *Autostima, Motivazione & Leadership:*

- **Il Team di Lavoro:** consulenza riservata a team di lavoro, aiuta a creare e sviluppare il giusto clima nei luoghi di lavoro
- **Vendere:** consulenza riservata ad operatori commerciali, consulenti della vendita, agenti, informatori, operatori di call center e molto altro.
- **Benessere nei luoghi di lavoro:** la consulenza aiuta a riorganizzare fisicamente, energeticamente ed emozionalmente in chiave olistica i luoghi di lavoro e gli spazi condivisi.
- **Work life Balance:** percorsi e consigli per gestire lo stress, le emozioni, le tensioni in ufficio. Riequilibrare e dare armonia al proprio luogo di lavoro.



## *L'importanza del team*

Da sempre conosciamo l'importanza di un team affiatato come strategia per un'azienda di successo. Ecco perchè proponiamo oltre a consulenze e percorsi mirati alle singole figure professionali, percorsi e progetti specifici per team.

Teambuilding in sessioni in & outdoor training





## *Le tecniche manuali:*

- **Massaggio Kinesiologico Emozionale:** Il massaggio kinesiologico emozionale si utilizza per far emergere i nostri blocchi emozionali dal passato e vivere meglio presente e futuro tramite la kinesiologia nel massaggio. Met. Wellness Coaching©
- **Massaggio Respiratorio Vibrazionale:** la respirazione vibrazionale ci aiuta ad eliminare tensioni psicoemozionali, rilassarci e ricaricarci per affrontare al meglio la vita. Met. Wellness Coaching
- **Massaggio Aromatosensoriale:** la stimolazione dei sensi tramite aromi a seconda della tipologia base
- **Massaggio Antistress:** il massaggio che allevia tutte le tensioni psicofisiche
- **Massaggio 5 sensi:** Il massaggio che riporta in equilibrio ognuno dei nostri 5 sensi



## *Le tecniche manuali:*

- **Massaggio Cromoterapico:** Il riequilibrio energetico dei chakra attraverso un massaggio che si avvale dell'utilizzo dei colori e della penna luminosa.
- **Massaggio Cromoterapico Emozionale:** Un massaggio personalizzato che si avvale dell'utilizzo dei colori secondo le tipologie del Wellness Coaching.
- **Massaggio Cristallo & Cromo:** riequilibrio emozionale ed energetico vibrazionale da subito con Cristallo & Cromo 7 chakra in assoluta esclusiva met. Wellness Coaching
- **Riflessologia Auricolare, Palmare, Plantare Emozionale:** eliminare tensioni fisiche ed emozionali tramite il riequilibrio energetico emozionale dei punti del corpo riflessi nell'orecchio, sul piede e nella mano.



## Da un'idea di:

**Sara Cicolani** è Naturopata, Estetologa, Consulente d'Immagine e Coach. Suoi cavalli di battaglia il Wellness Coaching® e il Lifestyle Management®. Si occupa di consulenza per migliorare lo stile e la qualità della vita, le performance personali, lavorative, sportive, emozionali, energetiche e vibrazionali.

Si occupa, inoltre, di progetti formativi e commerciali, comunicazione, eventi e consulenze strategiche per il raggiungimento del benessere e miglioramento di produttività e performance a livello personale, nei luoghi di lavoro, nello sport, nella politica, nello spettacolo, nonché di riassetto personale, emozionale e dell'immagine, supporto motivazionale e focalizzazione obiettivi pre, durante e post prestazione.





Coaching, Consulenza, Formazione, Eventi,  
Comunicazione, Benessere, Immagine & Lifestyle

**+39 392 9284511 - +39 393 4066822**

