

PASTEL fluo

Et si le **bonheur au travail** passait avant tout par la **connaissance de soi**?

Comment pouvons-nous **cultiver l'efficacité** par un **mode de vie équilibré en pleine conscience**?

C'est en partageant leur histoire de vie et leurs meilleurs outils que Nathalie et Joanie viennent propager les bienfaits d'harmoniser le corps, l'être et l'esprit, afin d'apporter des réponses inspirantes aux personnes ayant le désir de s'engager sur une voie parfois négligée, mais jamais oubliée : celle qui nous mène à s'écouter, de se choisir, pour être en mesure de se réaliser pleinement.



S'ARRÊTER SE CHOISIR SE RÉALISER



Cet atelier-conférence permet de faire un pas de plus dans l'atteinte de nos buts, en reconnaissant notre valeur, nos capacités et notre unique potentiel.

Personnellement, et professionnellement.

Lorsque nous sommes connectés à soi, notre vision est plus claire. Nous sommes plus créatif. Nous prenons de meilleures décisions. Nous savons mieux gérer le stress et le changement. Ça nous permet d'être de meilleurs humains, de meilleurs employés et de meilleurs leaders d'entreprise.

Le leader de demain sera un leader conscient.

Cette atelier-conférence est accompagné du petit cahier «S'arrêter. Se Choisir. Se Réaliser», afin que chacun puisse être autonome et continuer sa démarche à son propre rythme par la suite.

THÈMES ABORDÉS

- Pour se connaître, il faut tout d'abord s'arrêter.
- L'art de vivre avec conscience : Passer du mode «survie» au mode «Vie»
- L'intuition : un outil essentiel vers la connaissance de soi et de l'autre
- Se choisir, une décision quotidienne
- Pleine Conscience : Accueillir ce qui se passe ici et maintenant
- Mettre la tête au service du coeur
- Le pouvoir de la bienveillance et de la compassion sur nous-même, les autres et notre environnement
- Sentiment d'élévation, d'ancrage et d'admiration lorsqu'on est connecté à soi
- Quand bonheur au travail s'arrime avec bien-être
- Le silence permet l'écoute et la créativité
- La spiritualité des temps modernes et le développement personnel comme source de transformation.





Joanie et Nathalie étaient toutes deux productrices dans l'univers de la publicité, et suite à deux grandes épreuves qui ont bouleversé leurs vies, elles n'ont pas eu d'autres choix que de s'arrêter, afin de revenir à l'essentiel et se reconnecter à elles-mêmes. C'est alors qu'elles ont réalisé que pour retrouver leur vitalité et être au sommet d'elles-mêmes, elles avaient besoin de dépasser leurs limites, d'oser surpasser leurs peurs et avoir le courage de s'assumer pleinement, afin de vivre une vie à leur image.

TARIFS

1500\$ 50 employés et moins

2000\$ Plus de 50 employés

LES CONFÉRENCIÈRES



JOANIE LACROIX

Joanie a une histoire de vie touchante et hors du commun. Mère de trois enfants, « MamAnge » de deux d'entre-deux, c'est suite au décès de son fils Thomas que Joanie a fait renaître en elle le désir d'éveiller les consciences et d'inspirer l'être humain. Productrice dans l'univers de la télévision et de la publicité pendant une dizaine d'années, elle a utilisé cette épreuve pour puiser la force d'allier ses années d'expérience à ses valeurs profondes, afin de contribuer à sa façon au changement positif dans le monde. Elle est la fondatrice de la plateforme [Pastel Fluo](#) et l'entrepreneure sociale derrière [Pastel Fluo Productions](#). Joanie consacre aujourd'hui son temps à faire la promotion du respect des humains, de l'environnement et de notre responsabilité individuelle et collective à bâtir le monde de demain.



Joanie Lacroix

Entrepreneure sociale, réalisatrice et productrice
Pastel Fluo, Pastel Fluo Productions

NATHALIE NADEAU

Après plus de 20 ans comme productrice en publicité et suite à ce qu'elle nomme une «bénédiction déguisée», Nathalie Nadeau choisit en 2014 de se consacrer entièrement à ce qui la fait vibrer : le mieux-être et la spiritualité. Intuitive, passionnée et multidisciplinaire ayant suivi plusieurs formations, elle développe une [approche unique](#) axée sur la guérison spirituelle, chamanique et énergétique.

Par le biais de ce qu'elle décrit comme une *Spiritualité Branchée*, elle propose une panoplie d'outils, une philosophie et un mode de vie accessibles et applicables dans la réalité d'aujourd'hui pour faire face au tourbillon de la vie, nous recentrer et retrouver notre essence et ce qui nous habite vraiment.



Nathalie Nadeau

Chamane urbaine