

MA PRATIQUE



Passionnée par la psychologie et les relations humaines, **je vous propose de vous accompagner sur le chemin de votre vie.**

Je mets à votre disposition un **espace d'écoute** pour vous soutenir durant une période de votre vie, courte, ou plus longue. **Lors d'une période difficile** : difficulté personnelle ou professionnelle ; perte d'un proche ; perte d'un emploi, rupture sentimentale ou amicale..., ou pour la construction d'un **nouveau projet...**

Mieux se connaître, accéder à ses **ressources intérieures** afin d'être en harmonie avec soi, mieux **communiquer** dans toutes les situations de sa vie, la **psychothérapie, l'hypnose, la relaxation** sont de **formidables outils de développement personnel**. Je vous propose selon votre besoin, de vous transmettre des **outils personnalisés** pour avancer dans votre évolution personnelle et professionnelle.

Formée et certifiée par le CERFPA (St Laurent du Var), j'exerce mon métier dans le respect du code déontologique de la profession.

J'interviens également en qualité de **formatrice** dans différents **centres de formation et centres de gestion de la région.**

Au plaisir de vous rencontrer,

Florence Czerepacha
Psychopraticienne
Hypnothérapeute & Relaxologue
Formatrice en communication et
management



RETROUVEZ-MOI



**18 Place des Arcades
06250 MOUGINS**

Près de l'Agence immobilière des Arcades

**A8 Sortie 42 Mougins ou 44 Antibes
Direction la Valmasque/Eco Parc**

06 01 63 09 23

fcpsycho06@gmail.com

www.fcpsycho.fr

*Certaines mutuelles remboursent
quelques séances, renseignez-vous*



Florence CZEREPACHA

**PSYCHOTHERAPIE
RELAXATION
HYPNOSE**

**18 Place des Arcades
Mougins le Haut
06250 MOUGINS**

Ne pas jeter sur la voie publique



Quelle approche pour quel besoin ?

PSYCHOTHERAPIE

- Accompagnement au changement de vie, évolution personnelle
- Estime de soi
- Reconversion professionnelle
- Deuils de la vie
- Rapport au corps
- Communication dans le couple, en famille, au travail
- Projet de vie
- Psychogénéalogie ; travailler sur son arbre familial, sur les liens avec les ancêtres

HYPNOSE

- Objectif personnel ou professionnel
- Troubles du sommeil
- Gestion de la douleur
- Activation de ses ressources personnelles
- Addictions (nourriture, tabac, alcool, jeu...)
- Problèmes de poids
- Accompagnement post et prénatal
- Prise de parole en public
- Préparation d'un entretien, un examen, un concours
- ...

RELAXATION

- Gestion du stress
- Gestion des émotions
- Anxiété
- Amélioration de la qualité de vie et du sommeil
- Optimisation de ses performances
- Bien-être et sérénité
- Visualisation positive
- Epanouissement personnel et professionnel
- Détente musculaire et psychique
- ...



Thérapie individuelle adultes



Thérapie de couple



Thérapie familiale

Enfants • Ados • Adultes

