

A photograph of a family of four smiling on a beach. The mother is in the center, wearing a light blue shirt. The father is on the right, wearing a dark blue polo shirt, with a young boy on his shoulders. A young girl is on the left, wearing a pink shirt. The background shows the ocean and a bright sky.

Noémie de Saint-Sernin

“ ***Nous détenons tous les clefs
du passé qui nous ouvriront
les portes vers l’avenir*** ”

Coach en développement personnel, écrivain,
conférencière et formatrice

DOSSIER DE PRESSE 2017

DOSSIER DE PRESSE 2017

- Page 3** **Edito de Noémie de Saint-Sernin**
- Page 4** **Partie 1 : Une coach, écrivain, conférencière et formatrice au parcours atypique**
Page 5 Noémie de Saint-Sernin, une professionnelle à l'écoute
Page 6 De la fillette battue à la working-mum battante
- Page 7** **Partie 2 : A chaque difficulté sa solution particulière**
Page 8 La parentalité « responsable » ou le programme « Les clefs de la colère »
Page 9 Se libérer du passé ou le programme « Les clefs du passé »
Page 10 Voir la vie côté bonheur ou le programme « Les clefs du bonheur »
Page 11 Sortir du manque ou le programme « Les clefs pour attirer l'abondance »
Page 12 Séminaires, retraites et ateliers « Les clefs pour changer »
Page 13 Consultations privées
- Page 14** **En savoir plus**



ÉDITO

Les gens passent leur temps à courir après le bonheur, à le chercher... Happés par le quotidien, par nos vies à 100 à l'heure, par les contraintes et les dictats auxquels on se plie chaque jour, on oublie parfois la marche à suivre. Et si le bonheur était tout simplement là et qu'il suffisait de mettre les bonnes lunettes pour enfin s'en rendre compte ? Et si nous détenions en réalité chacun les clefs de notre propre bonheur ?

C'est cette philosophie, ce constat sans appel qui guide mes pas depuis plusieurs années maintenant et qui me pousse à accompagner les autres dans le dépassement de leurs difficultés. Je l'applique à tous les problèmes du quotidien et surtout à la parentalité. Quel parent n'a pas été confronté un jour ou l'autre à un conflit avec son enfant ? Et si la solution était encore une fois en chacun de nous, dans notre passé, dans le regard que nous portons sur nous-même et la façon dont nous considérons notre tâche de parent...

Parce que l'on n'apprend jamais à être parent et que de la même façon, personne n'enseigne clairement les méthodes pour devenir heureux, j'ai bâti un chemin d'accompagnement global, bienveillant et porteur de sens et de résultat.

Le passé ne compte pas vraiment, c'est ce que l'on décide de penser, de croire, de dire et de faire maintenant qui construit le socle de notre futur. Alors agissons main dans la main !

Noémie de Saint-Sernin



PARTIE 1.
Une coach, écrivain, conférencière et formatrice au parcours atypique

Noémie de Saint-Sernin a appris à rompre les schémas dysfonctionnels qui nous empêchent d'avancer et partage son expérience.

Noémie de Saint-Sernin, **une professionnelle à l'écoute**



Noémie de Saint-Sernin est coach, auteur, conférencière et formatrice en développement personnel.

Depuis plusieurs années déjà, cette professionnelle a pu venir en aide à des centaines de couples, de parents, d'adultes ou d'enfants qui ne parvenaient pas seuls à solutionner leurs problèmes.

Noémie de Saint-Sernin s'est mis en quête de toutes solutions pour aider les autres à prendre leur envol en se libérant principalement du poids du passé. Elle est convaincue que si tous les parents apprenaient à mieux se connaître tout en ayant les bons outils de développement, ils seraient à même d'offrir à leurs enfants toutes les ressources nécessaires pour faire d'eux les bâtisseurs humanistes du monde de demain.

Passionnée de développement personnel depuis son plus jeune âge, elle a consacré plus de 15 années à l'étude et à la pratique de la philosophie, du développement du potentiel humain, de la psychologie et de la spiritualité. Ce parcours lui a permis de mettre au point des méthodes pour se sortir de sa condition afin de réussir à donner à sa vie un nouvel élan.

Noémie de Saint-Sernin propose alors des accompagnements personnalisés, des formations, en ligne et en présentiel, ainsi que des conférences, des vidéos et des supports véhiculant les valeurs fortes de son programme.

Elle transmet tout au long de ses démarches d'accompagnement 4 clefs majeures pour ne pas passer à côté du bonheur :

1. *l'acceptation*
2. *la responsabilité*
3. *la reconnaissance*
4. *l'auto-bienveillance*

De la fillette battue à la working-mum battante

Noémie de Saint-Sernin est aujourd'hui une professionnelle du dialogue, de la confiance, du développement personnel mais elle est aussi maman accomplie de trois filles.

Sa première force est son vécu. L'experte de la communication a eu une enfance douloureuse, entre maltraitements et pensées suicidaires. Jeune adulte, elle vit dans la rue pendant plusieurs jours avant de retrouver le chemin d'une vie heureuse.

Noémie de Saint-Sernin a su faire preuve de résilience et de rétrospection constructive. C'est aujourd'hui une femme épanouie et heureuse qui souhaite apporter son savoir-vivre et son savoir-être aux autres, notamment aux parents.

Devenue Directrice des ressources humaines, Noémie aurait pu poursuivre son chemin en se satisfaisant de cette réussite qui lui procurait satisfaction personnelle et réalisation financière. Pourtant, en 2011, elle démissionne de son métier pour mettre ses outils et ses compétences au service des personnes qui constatent des répétitions dans leur vie.

Elle annonce :

“ *J'avais trouvé les fameuses clefs du bonheur et je me devais de les partager. Je devais aider les autres à ne plus reproduire les schémas familiaux et accompagner les parents qui peinent à instaurer la bienveillance, malgré leurs émotions douloureuses.* ”



Très sensible à la cause des enfants, Noémie de Saint-Sernin rêve d'un monde meilleur et cherche par tous les moyens à y contribuer, bien consciente que ce sont les enfants d'aujourd'hui qui le créeront demain.

Lorsqu'elle crée sa propre entreprise en 2014, Noémie de Saint-Sernin est loin d'imaginer que cette nouvelle aventure humaine et professionnelle va l'amener à aider des milliers de personnes. Tant de parents, de couples, de familles ou de personnes en difficulté qui lui ont fait confiance et qui connaissent désormais une vie plus joyeuse et abondante.



PARTIE 2.

A chaque difficulté sa solution particulière

Noémie de Saint-Sernin propose plusieurs formules d'accompagnement, pour que chacun apprenne à se libérer des souffrances et s'autorise à vivre le bonheur

La parentalité « responsable » ou le programme « Les clefs de la colère »

A l'instar de la « [parentalité positive](#) », ce que Noémie de Saint-Sernin nomme la « parentalité responsable » repose sur le fait que l'enfant est un parent en devenir et qu'une fois parents, nous reproduisons des schémas souvent inconscients. Les problèmes d'éducation rencontrés ne se trouvent donc pas directement chez les enfants, mais dans le parcours de jeunesse de leurs propres parents.

La formation nommée « [Les clefs de la Colère](#) » s'adresse alors à tous les parents perdus, qui ne savent plus comment procéder avec leur enfant et qui veulent revenir à une relation d'amour et de simplicité. Déjà suivie par plus de 2000 personnes, cette formation ambitionne d'aider les jeunes parents, les jeunes mamans, à gérer leurs colères et leurs émotions face à leur enfant.

La solution réside dans la capacité du parent à se remettre en question, en admettant que le problème vient de lui et uniquement de lui. Chacun est responsable de sa vie et de tout ce qui lui arrive. Et c'est une très bonne nouvelle, car si cela dépendait de situations ou d'événements extérieurs, nous ne pourrions pas agir sur eux. Nous possédons tous le pouvoir de ne plus laisser le passé écrire notre histoire.



Cette formation en ligne comprend 8 modules et se déroule sur 4 mois, à raison de 1 module tous les 15 jours. Chacun peut bien entendu cheminer à son rythme mais la pédagogie de Noémie de Saint-Sernin est centrée sur l'action.

MODULE 1 : Étudiez votre jardin - identifier sa colère et son impact

MODULE 2 : Les besoins de votre jardin - prendre conscience de l'origine de sa colère

MODULE 3 : Les antécédents de votre jardin - comprendre les blessures et leurs conséquences

MODULE 4 : Préparez votre jardin - savoir accueillir la colère

MODULE 5 : Semez les graines de la paix - exprimer sa colère sans impacter les autres

MODULE 6 : Arrosez et entretenez votre jardin - apprendre à prévenir la colère

MODULE 7 : Récoltez ce que vous aurez semé - découvrir contre qui est réellement dirigée votre colère

MODULE 8 : Savourez le fruits de la paix et de la sérénité - comprendre l'amour de soi et la bienveillance

LA FORMATION COMPREND :

- Des cours en vidéo, au format Audio ou pdf avec des exercices correspondants
- L'accès à un forum d'accompagnement et d'entre-aide
- 6 séances de coaching de groupe
- L'accès 100% gratuit à tous les modules et outils de la formation pour le conjoint du parent

Se libérer du passé ou le programme « Les clefs du passé »



Comme a si bien réussi à le faire Noémie de Saint-Sernin, il est possible de se libérer du poids de son passé lorsque l'on sait s'y prendre et que l'on est correctement guidé. Difficultés relationnelles, professionnelles, conjugales ou encore problèmes de santé, accumulations d'échecs, angoisse, tristesse, émotions trop envahissantes, perte de confiance en soi, agressivité, colère, violence, dépression...

La formule nommée « Les clefs du passé » permet de débloquer tous les obstacles qui empêchent d'avancer.

LA FORMATION « LES CLEFS DU PASSÉ », C'EST :

- Une formule en 5 étapes et 13 modules sur 6 mois
- 1 module tous les 15 jours : vidéos, audios, PDF et exercices téléchargeables
- Un accès illimité à vie à tous les documents proposés

DES BONUS GRATUITS ET ÉVOLUTIFS :

- L'accès aux 12 conférences en ligne et en direct une fois par mois
- Le forum : accès à la communauté des membres
- Les 8 modules thématiques supplémentaires
- L'accès à toutes les conférences privées données depuis mai 2014 (une par mois)
- Une garantie intégrale et sans conditions de 30 jours.

Voir la vie côté bonheur ou le programme « Les clefs du bonheur »



Comment être heureux et le rester ?

Le bonheur est en nous quels que soient les circonstances actuelles ou les événements de notre passé. Pourtant, nous ne savons pas toujours comment faire pour le cultiver, surtout lorsque notre vie ne reflète pas l'idéal dont nous rêvons.

Pourtant, le bonheur cela s'apprend, s'entretient et se cultive un peu comme un jardin.

Le programme « Les clefs du bonheur » vous donne les leviers pour retrouver joie et positivisme dans votre vie. Il vous donne les outils pour vous détourner de vos sentiments négatifs en vous offrant une approche pragmatique et positive de la vie.

Aujourd'hui, vous possédez une carte de ce qu'est votre vie, mais, au fur et à mesure de votre cheminement, vous vous apercevrez que celle-ci ne reflète pas la réalité mais votre vision de la vie.

LA FORMATION « LES CLEFS DU BONHEUR », C'EST :

- Une formule comprenant 5 cartes pour vous permettre de trouver les clefs d'un bonheur durable.
- 5 module un par jour : vidéos, audios, PDF et leurs exercices téléchargeables
 - La carte des croyances
 - La carte de la gratitude
 - La carte des désirs
 - La carte du pardon
 - La carte du détachement
 - La carte de l'amour de soi
- Un bonus supplémentaire à chaque étape et des actions concrètes et simples à mettre en œuvre.

Sortir du manque ou le programme « Les clefs pour attirer l'abondance »



Tous vos besoins vont être comblés !

Qu'est ce que l'abondance ? Trop souvent, elle fait référence à l'argent. En réalité, l'abondance concerne davantage la prospérité, et la prospérité tient dans le fait d'avoir tous ses besoins comblés que ce soit la santé, le temps, les relations, l'amour et bien entendu l'argent, qui n'y fait pas exception.

Toutefois, l'argent reste la préoccupation principale de bon nombre de personnes, et c'est pourquoi ce programme est principalement axé sur ce sujet.

L'abondance, c'est ce qui se passe inévitablement lorsque vous avez une confiance totale en la vie. Et c'est ce que ce programme en ligne propose. « Les Clefs pour attirer l'abondance ».

SI VOUS AVEZ SOUVENT DES SENSATIONS DE MANQUES, LIÉES À L'ARGENT :

- que vous n'arrivez pas à gagner de l'argent
- que vous n'arrivez pas à le garder
- que vous pensez ne pas en avoir assez

Ou encore parce que vous pensez ne pas être comblé(e) actuellement dans votre vie, que vous souhaiteriez avoir « plus ».

Alors cet accompagnement va vous transformer. Vous apprendrez comment mettre de la magie dans votre vie et à retrouver votre confiance, quelle que soit votre situation actuelle.

CE PROGRAMME EN LIGNE DE 21 JOURS SE COMPOSE :

- de vidéos vous présentant les clefs essentielles pour attirer l'abondance dans votre vie
- de 14 exercices sous forme de défis à relever pour vous faire avancer concrètement sur le chemin de l'abondance
- de cas concrets pour lesquels je vous apporte mon expertise et mon expérience

DES BONUS INCLUS :

- L'accès aux 6 conférences en ligne et en direct une fois par mois
- Le forum : accès à la communauté des membres
- 3 conférences gratuites dans lesquelles je réponds aux questions sur l'abondance



Séminaires, retraites et ateliers « Les clefs pour changer »

SÉMINAIRE ANNUEL

Une fois par an en septembre/octobre (prochain séminaire les 14 et 15 octobre 2017 à Paris) Noémie organise un séminaire de 2 jours à Paris « Les clefs pour changer ».

Cet événement réunit chaque année près de 200 personnes, principalement les membres de ses programmes en ligne qui viennent de la France entière mais aussi de Suisse, de Belgique et de bien plus loin encore.

Un week-end pour soi et pour accomplir son projet, faire exploser son business ou faire briller sa vie.

Besoin de faire décoller son activité, de trouver l'élan nécessaire à la poursuite de sa vie, de reprendre une grande bouffée d'air frais et d'optimisme...

La solution ? Un week-end avec les autres membres des programmes de Noémie de Saint-Sernin. De 8H30 à 10H le samedi et le dimanche restauration incluse pour favoriser la cohésion du groupe.

<https://www.lesclefsdupasse.com/seminaire-live-pdv-non-clients-2017/>



Deux journées pour aider les personnes déboussolées ou incertaines à clarifier leur visions de l'avenir, leurs projets. Ou encore pour conforter ses apprentissage, inspirer les autres et aller plus loin encore.

SÉMINAIRE ENTREPRISE

Vous souhaitez faire intervenir Noémie au sein de votre entreprise, prenez contact avec elle afin d'étudier la meilleure formule pour vos équipes. Son passé de DRH lui permet d'avoir une vision claire de enjeux d'une entreprise tout en étant à même de fournir les meilleurs outils pour satisfaire tous les profils.

ATELIERS

Noémie anime des ateliers sur le thème de la parentalité responsable à Paris et en France à la demande d'association, d'enseignants ou de particuliers qui souhaitent bénéficier de son approche et de ses outils.

RETRAITES MASTERCLASS

5 jours en petit comité (25 personnes).

Le groupe Masterclass est constitué de personnes déterminées à changer positivement leur vie en cessant de laisser la peur, le doute et la crainte prendre les rênes de leur existence.

Grâce au soutien bienveillant, dynamisant et professionnel de Noémie de Saint-Sernin, les personnes accompagnées peuvent, petit à petit, transformer leurs objectifs en actions, leurs blocages en force, apprendre à s'affirmer et à développer une réelle confiance en soi.

Elles repartent avec un plan d'action concret et un suivi en ligne durant 6 mois.

Les consultations **privées**



Comme tous les professionnels de l'écoute et de l'accompagnement, Noémie de Saint-Sernin propose des consultations privées, des rendez-vous personnalisés pour explorer les problèmes de ses patients, les cerner et les résoudre avec eux.

Lorsque les formules collectives ne correspondent pas aux attentes des patients, Noémie de Saint-Sernin est en mesure de leur proposer des rendez-vous personnalisés.

Une démarche qui permet à chacun de choisir son rythme tout en bénéficiant de l'accompagnement exclusif et personnel d'une coach en développement personnel expérimentée.

Qu'il s'agisse d'un projet personnel ou professionnel, l'accompagnement proposé est à la carte, complet et approfondi.

Les consultations ont lieu du lundi au vendredi de 9h à 17h par téléphone ou par Skype.

Prix : 150 euros de l'heure - sessions d'1h30 à 2h.

Actuellement complet.

Le premier entretien d'une durée de 20 minutes est gratuit.

Noémie de Saint-Sernin

EN SAVOIR PLUS

<https://noemiedesaintsernin.com/>

 <https://www.facebook.com/damouretdeparentalite>

CONTACT PRESSE

Noémie de Saint-Sernin

E-mail : ndesaintsernin@gmail.com

Tél. : 06 60 12 06 29