Conférence de Katy Misson

La méthode SATIAM™

Offre Corporate & Événementielle 2024

“ La santé n'est-elle pas avant tout une joie ! ”

Katy Misson

Katy Misson

Revenir aux fondamentaux, tout simplement

Danseuse, gymnaste, athlète, et en même temps skieuse alpine, cette chercheuse de sens s'est passionnée depuis petite pour le potentiel, la force et beauté de la Nature Humaine...

Curieuse d'en savoir plus, elle est devenue kinésithérapeute, orthopracte-posturologue et spécialisée en thérapie neuro-intégrée, à la recherche d'offrir une vie meilleure à ceux qui croiseraient son chemin. La connaissance du corps est pour elle fondamentale. Une fois associée à la respiration et à la conscience de soi, notre organisme devient alors notre meilleur allié pour une vie en pleine santé et épanouie.

Depuis 15 ans, Katy se met au service de la pratique et de la connaissance scientifique pour poser un diagnostic, sorte d'état des lieux de votre forme et de votre bien-être.

C'est lors d'un long voyage à Vancouver que la vie lui donna la chance de s'exprimer librement, au travers de la santé, du sport et maintenant du yoga en créant sa propre pratique qui en est devenu un réel art de vivre : SATIAM™.

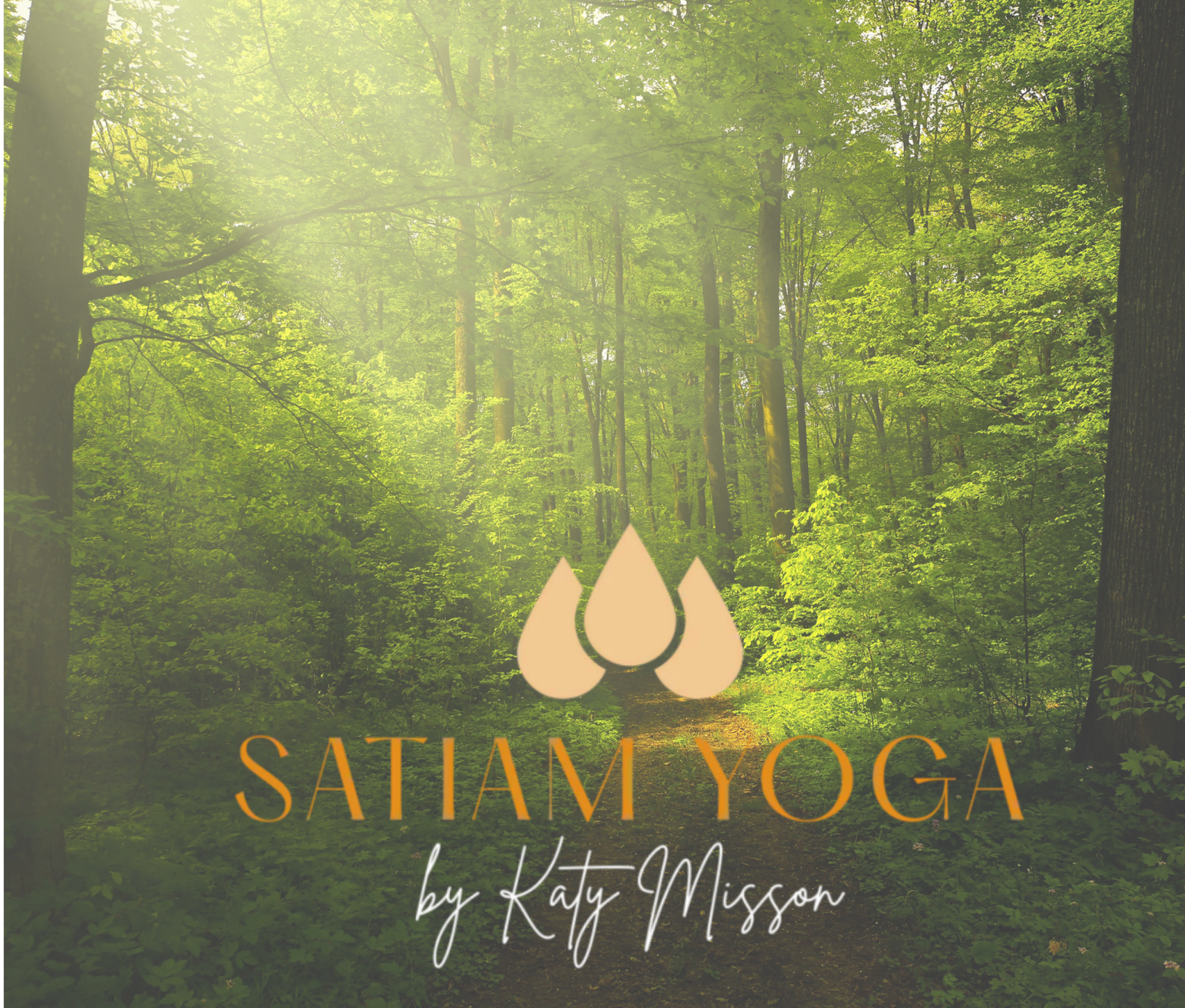
Cette pratique révolutionnaire et novatrice qui est **la combinaison entre ses connaissances scientifiques et l'enseignement ancestral du yoga**, lui donne des clefs pour offrir cette pratique d'éveil au plus grand nombre, afin de révéler le potentiel humain respectant chacun sa propre nature.

C'est au travers de conférences dans tous type de réseaux (entreprises de luxe, sports de haut niveau, humanitaires, médicaux), vidéos à la télévision et sur le net, formations de Satiam™ Yoga, retraites de yoga et coachings personnalisés, que Katy parcourt le monde pour que chacun puisse **devenir à son tour un réel acteur engagé de sa propre santé**.

Aujourd'hui, Katy Misson vous propose la Méthode SATIAM™ grâce à son programme de conférences et d'accompagnement.

Que signifie SATIAM™ ?

SAT ce qui est, notre vérité, notre nature
+ I AM , je suis.



L’univers SATIAM™

MAISON SYNÈSE · HEALTH & BODY CARE ·

SATIAM YOGA
by Katy Mason

- Centre de diagnostic
- Suivi personnalisé
- Pratique et formation pluridisciplinaire

- Formations & stages
- Certification QUALIOPI
- Certification CPF
- Conférences
- Événements
- Podcasts

- YogaTeacher Alliance 200h
- Formation & accompagnement
- Retraites
- Plateforme
- Live

Les effets de la méthode SATIAM™ en format team building

1. Un coaching collectif unique pour une meilleure santé physique & mentale
2. Une valorisation de l’efficacité individuelle
3. Une source d’énergie et de cohésion
4. Un renforcement des compétences physiques & cognitives
5. Une approche relaxante et fédératrice
6. Une réduction du stress et une amélioration de l’estime de soi
7. Une amélioration du sommeil

SATIAM™ : UNE MÉTHODE GLOBALE AU SERVICE DE LA SANTÉ ET DU BIEN-ÊTRE

Cette conférence a pour objectif **de revenir à l'essentiel** de ce que l'on connait et de permettre une connaissance des fondamentaux du bon fonctionnement physique, physiologique et psychique de notre organisme.

Un atelier fondé sur :

- une **connaissance scientifique** pointue
- une **pratique physique** essentielle et simple à la fois,
- une écoute de votre pleine santé à travers **les cinq piliers de la santé.**

Les 5 piliers de la santé

Les éléments fondamentaux et vitaux

Un corps fort et aligné

- Renforcement musculaire
- Dynamique
- Technique posturale active
- Alignement
- Souplesse
- Prévention

Une respiration physiologique

- Technique nano-nasale
- Renforcement immunitaire
- Rééducation maxillo-faciale
- Meilleur oxygénation cellulaire
- Meilleur sommeil
- Meilleure récupération physique et psychique

Un apaisement mental

- Renforcement psychologique
- Diminution du stress, de l’angoisse et de la colère
- Activation du mental « bienveillant »
- Amélioration de l’estime de soi

Les 5 piliers de la santé

Les éléments fondamentaux et vitaux

Une relation aux autres

- Source d’inspiration
- Connexion aux règles de la nature et au vivant
- Pleine conscience au quotidien.

Une alimentation saine

- Sans régime spécifique
- Restaurer l’éveil de nos propres sens en harmonie avec notre propre constitution
- Comprendre les bienfaits de certains aliments

Le déroulé

Pratique physique

Exercices de respiration

Contenu Théorique

Offre Corporate

Organiser un team building

Rassembler vos équipes autour au bien-être de chacun et revenir aux bases physiologiques et sans idéologie.

- 2h de conférence (avec ou sans pratique physique)
- Intervention pour 10 à 100 personnes
- Temps d’échange avec les collaborateurs
- Remise de 10% sur la plateforme Satiam
- Possibilité de mensualiser la prestation

Tarif (hors frais VHR) : 2 000€ HT

Offre Événementielle

Intervenir en Live

- 2h de conférence
- Intervention: salon professionnel, festival grand public, retraite pluridisciplinaire et événement B2B ou B2C
- Temps d’échange avec les participants
- Remise de 10% sur la plateforme Satiam
- Création d’un atelier personnalisé en option
- Plan médias « Ambassadrice »

Tarif (hors frais VHR) : 3 000€ HT

Ambassadrice

Accompagner une marque

- Atelier ou stage sur-mesure à Annecy
- Plan media
- co-branding & co-création de produit
- Déplacement en France, Europe, Inter.
- Intervention événementielle

Devis sur demande

@katymisson - 25k

Contacts

Katy Misson
Conseil & Intervention
info@katymisson.com

Olivier Montaigne
Communication & RS
contact@sidso.fr

Mathilde Oudin
Coordination & Production
event@satiam.fr