

L'Health Coach

★ Il Professionista della Salute

- L'Health Coach sostiene le persone, passo dopo passo, nel comprendere e realizzare, in modo autonomo e consapevole, il loro **progetto di vita personale e professionale**, affinché possano diventare **Esperte di risultati** e fare la differenza nella propria vita e in quella di chi le circonda.
- L'Health coach si occupa non solo del **potenziale** e delle **performance** delle persone, attraverso strumenti di Coaching e Programmazione Neuro Linguistica, ma anche le supporta nel raggiungere un **Ben-Essere psico-fisico-emozionale** e nell'adottare, in modo costante e duraturo, **comportamenti generatori di Salute**.
- L'Health Coach quindi non solo si occupa di **performance** e di **obiettivi**, ma anche prepara quel terreno fertile affinché i risultati raggiunti siano **duraturi nel tempo**. Questo terreno è rappresentato dalla nostra **Salute**, dalla nostra **biochimica**, dall'**energia**, dall'**equilibrio Mente-Corpo**, dal **nostro sistema emozionale**.

Grazie al supporto di un Health Coach potrai:

- Imparare a focalizzarti sull'obiettivo.
- Raggiungere il miglior stato psico-fisico emotivo.
- Rafforzare la tua motivazione, sicurezza personale e autostima.
- Sviluppare le tue potenzialità individuali.
- Potenziare la tua intelligenza emotiva.
- Sviluppare resilienza e disciplina.
- Migliorare la gestione del tuo tempo.
- Ridurre il livello dell'ansia pre-prestazione.
- Facilitare l'assunzione di nuove responsabilità e la propensione all'azione.
- Sviluppare la capacità di azione efficace, problem solving e decision making.
- Migliorare la tua performance.



**Trova il migliore
Health Certificato
per iniziare subito le
tue sessioni individuali
in presenza o da remoto**



Health Coaching

Il match perfetto ★

L'Health Coaching è la fusione fra Coaching, Programmazione Neuro Linguistica e Ben-Essere psico-fisico emozionale... e non solo!

HEALTH + COACHING = IL MATCH PERFETTO!

L'applicazione del solo Coaching senza considerare il fattore Salute può portare a risultati parziali. Il connubio *Health Coaching* mette nelle condizioni il Cliente nel **prendersi in carico integralmente**, con la garanzia di raggiungere risultati certi sul lungo periodo! Non si possono pretendere risultati ottimali se non si è creato precedentemente il terreno fertile per poterli raggiungere.

SALUTE E SKILLS PER IL VERO SUCCESSO



Non basta infatti possedere ottime **competenze tecniche** ed elevate **capacità organizzative e relazionali** per mantenere alte le nostre performance e raggiungere i risultati desiderati, è altresì fondamentale allenare la nostra **mente** costantemente e curare il nostro **corpo**, affinché diventino **risorse potenzianti** e di supporto durante le nostre attività quotidiane.

L'eccellenza delle nostre prestazioni è sempre proporzionale al nostro stato di Salute e la qualità della nostra vita è direttamente proporzionale alla qualità delle emozioni che si vivono su base giornaliera!

La Salute non può essere pensata come uno stato acquisito, ma si tratta di una **conquista**, un processo dinamico di crescita, consapevolezza e responsabilità, che coinvolge tutte le dimensioni dell'Essere Umano: **Biologico, Psicologico, Sociale e, sì, anche Spirituale**. *L'Health Coaching è l'evoluzione "naturale" del Coaching!*



HEALTH COACHING ACADEMY

HCA è la prima Accademia nazionale di Health Coaching con percorsi di crescita personale e professionale accreditati al Ministero della Salute.

L'Accademia ha come scopo, condiviso e agito attraverso l'**Associazione professionale di categoria italiana degli Health Coach**, la promozione e la diffusione dell'Health Coaching come professione, valorizzando il ruolo, le qualificazioni formative e l'aggiornamento professionale degli Health Coach iscritti all'Associazione, attraverso il rilascio dell'Attestato di qualità e di qualificazione professionale dei servizi (ex art. 4, 7, 8 Legge 4/2013) e Digital badge, certificati digitali conferiti tramite tecnologia blockchain.

