



*Mes meilleurs tips*

**ÊTRE ALIGNÉE  
ÇA SE DÉCIDE !**



**Nathalie**  
@globalproskin

Tip n°1



## Se connaître

Avant de construire un projet solide, il faut apprendre à se connaître.

Qu'est-ce qui te met réellement en mouvement dans ton métier ?

Le premier outil est donc : **ma LISTE HAPPINESS**

- accompagner les femmes
- comprendre la peau
- transmettre
- créer des résultats visibles
- apporter du bien-être.

Prends le temps d'identifier ce qui te met en joie dans ton travail.

C'est cette énergie qui deviendra ton moteur.



## Tip n° 2

# Être à son écoute

On dégaine sa LISTE HAPPINESS (#tip1)

On se demande : "de quoi ai-je besoin là maintenant tout de suite ?"

Une professionnelle qui réussit, **est une professionnelle qui protège son énergie.**

Observe :

- les situations qui t'enthousiasment
- les soins qui te passionnent
- les échanges qui te nourrissent

Être à son écoute permet d'identifier ce qui nourrit vraiment ton énergie.

Pour orienter ton activité vers ce qui te fait vibrer profondément et donne du sens à ton métier.

**+++ si ton besoin du moment est de ralentir ou de ne rien faire, autorise-toi !**

Même si l'on te connaît pour ton énergie, écouter ces moments de calme permet de préserver ton équilibre.

Tip n°3



## Investir sur soi

Dans le métier du soin, la connaissance est une force.

Plus ton regard devient précis, plus ta pratique devient naturelle.

### Investir dans ta connaissance, c'est :

- développer ta compréhension
- affiner ton analyse
- gagner en confiance.

Une professionnelle qui comprend ce qu'elle fait, travaille avec plus de calme et de justesse.

Investir dans ta connaissance, c'est nourrir ta vision.

C'est sur cette base que se construit ta propre approche, unique et inimitable.



Tip n° 4

## 5.4.3.2.1. Sens !

Tout ce qui précède construit une chose essentielle : **le sens de ton métier.**

Quand tu apprends à te connaître, à nourrir ta vision et à développer ta connaissance, ton regard évolue.

La différence entre une praticienne et une experte se situe souvent là :

**dans la qualité du regard.**

Observer.

Comprendre.

Relier les informations.

Quand ton regard devient clair :

- tes choix deviennent plus simples
- ta posture s'affirme
- ta cliente ressent ta maîtrise.

Et ton métier prend alors tout son sens.

*Life alert !*

**T'ATTENDS  
QUOI POUR  
ASSUMER  
TA VISION  
DU SOIN ?**



Tip n°5

## Positive vibes

Nous disposons toutes et tous **d'un super pouvoir : la transformation de ce que l'on voit ou on vit !!!**

L'état émotionnel marque la peau

Les émotions influencent :

- la microcirculation
- l'inflammation
- la sensibilité cutanée.

La peau peut révéler :

- surcharge émotionnelle
- fatigue nerveuse
- tension interne.

Accompagner une peau, c'est aussi **apaiser le terrain intérieur !!!**



Tip n° 6

## Merci la vie !

Chaque jour, nous pouvons aussi nous entraîner à pratiquer la gratitude.

### La gratitude et le système nerveux

Un état intérieur apaisé agit sur :

- la régulation hormonale
- la qualité du sommeil
- la récupération cellulaire.

Une peau équilibrée est souvent le reflet d'un système nerveux plus stable.

Pour cultiver la gratitude, demandez-vous :

***"qu'est-ce que j'ai aujourd'hui et que j'aimerais retrouver demain ?"***

Saupoudrez ensuite de paillettes sur tout ce que vous aimeriez avoir encore demain.

Ainsi, vous devenez conscients de toutes ces choses qui vous sont précieuses.

Tip n°7

## Ma vie, mes choix !

C'est le sens que nous donnons à notre vie qui oriente et motive nos actions. Un manque de sens peut rendre malheureux.

Lorsque qu'il n'y a plus de sens, il n'y a plus de conscience; On navigue alors en **pilote automatique** et on a comme une sensation d'être **victime** de ce que l'on vit...

### Donner du sens au soin dans notre métier

Une professionnelle qui comprend la peau :

- ne suit pas un protocole automatique
- elle construit une stratégie de soin.

Chaque soin devient :

- une intention
- une direction
- une logique biologique.

+++ "La vie est faite uniquement de choix". Même lorsqu'on pense qu'on n'avait pas le choix, **on a quand même fait le choix de rester là où on était.**



Tip n°8

## Vous êtes votre environnement

On le dit souvent : "**nous sommes la moyenne de ce qui nous entoure**"

Alors veillez à vous entourer de personnes qui **vous mettent en harmonie.**

### L'environnement influence la peau

La peau réagit à de nombreux facteurs du quotidien :

- l'alimentation
- le sommeil
- le stress
- l'environnement
- les cosmétiques utilisés.

Lire la peau, c'est donc apprendre à regarder **l'ensemble du mode de vie.**

Chaque détail compte.

À condition d'ouvrir l'œil, la peau révèle toujours quelque chose de l'équilibre de la personne.



Tip n°1



## Bougez-vous

DANS LE MÉTIER DU SOIN, RESTER EN MOUVEMENT EST ESSENTIEL.

**Bouger, ce n'est pas seulement agir.  
C'est aussi savoir se remettre en question et  
faire évoluer sa pratique.**

### Interroge-toi régulièrement :

- **ta manière de travailler est-elle toujours alignée avec ta vision ?**
- **ta clientèle évolue-t-elle ?**
- **les demandes changent-elles ?**
- **de nouveaux besoins apparaissent-ils ?**



Une professionnelle qui progresse est une professionnelle qui continue à :

- observer
- analyser
- ajuster sa pratique
- faire évoluer son regard.

Car l'immobilité dans un métier vivant mène souvent à la stagnation.

Rester en mouvement, c'est nourrir sa curiosité, sa réflexion et sa progression.



# La chimie de l'équilibre

Notre état mental influence directement notre énergie, notre posture professionnelle... et même l'état de la peau.

Bonne nouvelle : notre corps possède une **chimie naturelle du bien-être** que nous pouvons activer au quotidien.

## **4 hormones jouent un rôle clé dans cet équilibre :**

- **Dopamine** : Hormone de la motivation > elle se stimule en reconnaissant une petite réussite dans la journée, en avançant sur un projet ou en célébrant une étape franchie.
- **Sérotonine** : Hormone de la stabilité > elle augmente lorsque l'on prend conscience de son impact positif, de ce que l'on apporte aux autres et du sens de son métier.
- **Ocytocine** : Hormone du lien > elle se développe à travers les échanges humains : un sourire, un geste attentionné, un soin donné avec présence.
- **Endorphine** : Hormone de détente > Le mouvement, le rire, la respiration ou l'étirement permettent de relâcher les tensions et de rééquilibrer le système nerveux.

Cultiver cet équilibre intérieur aide une pro à rester **plus stable, plus claire et plus alignée dans sa pratique.**



Global Proskin,  
cest

**Une voie d'évolution vers une approche holistique pour les professionnelles du bien-être et du soin.**

**Je vous guide** pour retrouver **CONFIANCE** dans votre regard, affirmer votre vision du soin et développer votre propre approche.

Pour gagner en **autonomie** et construire une pratique **solide, claire** et profondément **alignée** avec qui vous êtes.

**LE RÉSULTAT Dermo-Analyse-Systeme® ?**

Une professionnelle qui retrouve sa légitimité et prend pleinement sa place dans son métier.

Une femme alignée, confiante dans son expertise, capable de faire rayonner son métier avec sens, justesse et authenticité.

Une pratique plus fluide, plus juste, plus alignée avec qui elle est.



**Bilan OFFERT : [www.globalproskin.fr](http://www.globalproskin.fr)**



**@globalproskin**

# Qui je suis ?

*Je suis Nathalie, experte en analyse cutanée et formatrice pour les professionnelles du bien-être et de la beauté.*

*Animée par une profonde volonté de transmettre, j'accompagne les femmes à développer un regard plus conscient et une approche holistique du soin, pour transformer leur pratique et révéler pleinement leur légitimité dans leur métier.*

Comme beaucoup de femmes, j'ai moi aussi traversé des moments où l'on se perd. **Ces expériences** m'ont amenée à mieux me connaître, à retrouver **ma voie** et à **aligner ma vie**, mon métier et **mes valeurs**. Aujourd'hui, cette transformation nourrit profondément ma manière de transmettre et d'accompagner les femmes dans leur évolution.



Global  
**PROSKIN**  
EXPERTISE CUTANÉE



Merci et à vite,  
Nathalie