

Nathalie Parayre  
107 Impasse de la palanque  
31140 Launaguet  
06.14.48.88.98.

52 ans, mariée, 2 enfants



Je suis une passionnée du développement personnel, des projets de vie, des remises en question, du bien-être.  
J'aime fondamentalement la vie et je prends beaucoup de plaisir à transmettre du positif et de l'espoir à toutes les personnes qui en ont besoin.

Je souhaite à chacun, de vivre pleinement sa mission de vie.

## EXPERIENCE

Depuis septembre 2009 : SARL NP Conseil et Formation

### **SOPHROLOGUE, PRATICIENNE EN HYPNOSE, PRATICIENNE EN MASSAGE :**

- Prise en charge de personnes en situation de burn-out (stress, anxiété, fatigue, etc...)
- Aide au changement (coaching et accompagnement)
- Soutien bien-être des personnes atteintes d'un handicap (partenaire durant 8 ans de l'Association Française des Sclérosés en Plaque et 2 ans des Paralysés de France) à travers la relaxation et le massage
- Organisation d'ateliers bien-être pour personnes porteuses d'un handicap.

### **RESPONSABLE DE FORMATION :**

- Définition des programmes et des plannings
- Gestion des intervenants
- Suivi des stagiaires
- Mise en place Qualiopi (validée en une fois avec zéro non-conformité)
- Montage de deux dossiers RNCP

1997-2009 : Groupe SFR

### **2002-2009 RESPONSABLE GRAND COMPTE SECTEUR PUBLIC (Midi Pyrénées)**

- Suivi des grands comptes clés (100 comptes sur 18 départements)
- Management transversal auprès des différents services et des partenaires
- Management indirect d'une force de vente commerciale entreprise (30 commerciaux)
- Management direct d'une assistante

**1<sup>ère</sup> performance commerciale** en 2006, 2007 et 2008 (calculé en résultat sur objectif)

**1<sup>ère</sup> performance en productivité** sur 7 ans

### **1997-2002 INGENIEUR COMMERCIALE (Midi Pyrénées)**

Responsable du réseau Espace SFR et management des 40 commerciaux enseigne (ouverture de 4 magasins et suivi régulier de 10 enseignes)

Montée en puissance de la grande distribution (négociation des plans de communication, des implantations, des approvisionnements)

Meilleur taux de progression sur 5 ans.

1995-1997 : Groupe CEGID INFORMATIQUE

### **INGENIEUR D'AFFAIRE (Grand Sud Ouest)**

Responsable régionale pour :

- La commercialisation de produits informatiques de gestion (dept 31 et 33)
- La formation des utilisateurs au produit
- L'ouverture de la zone de commercialisation à l'Andorre

1993-1995 : SA LA PETITE FRANCE (Vienne)

### **ADJOINTE A LA DIRECTION COMMERCIALE ET FINANCIERE**

Commercialisation de séminaires, repas d'affaire et mariages

Responsable d'un restaurant dans un club House (golf de Saint Cyr 86)

## FORMATIONS

2021 : en cours de formation en nutrition fonctionnelle (Académie Marsaud Cahors)  
Entre 2016 et 2020 : spécialisation en Hypnose (deuil, douleurs, phobies, troubles du comportement alimentaire, perte de poids, confiance en soi, autohypnose, nouvelle hypnose et dissociation)  
2015 : diplôme de Praticien en Hypnose Ericksonienne (AFNH Paris)  
2010 : découverte de la Médecine Traditionnelle Chinoise (GFMC Toulouse)  
2008 : diplôme de Master Spécialiste en Sophrologie Caycédienne (Ecole Eres Toulouse)  
2007 : Protocoles de massage Ayurvédique et corréen (École Arnika Toulouse)  
2005 : 2<sup>ème</sup> année de Licence en Psychologie (faculté de Toulouse)  
1993 : diplôme de l'École Supérieure de Commerce de Poitiers (membre des Grandes Ecoles de Management)

## CONNAISSANCES ET SAVOIR FAIRE ACQUIS EN AUTONOMIE

L'Alimentation bien-être  
Les huiles essentielles (nombreux séminaires Pranarom)  
Le massage intuitif et énergétique (protocole créé par mes soins)  
Le massage de la personne handicapée sur fauteuil roulant (protocole créé par mes soins)  
Divers massages : chi nei tsang (ventre), bébé, femme enceinte, californien, crâne, réflexologie plantaire, amma, do in, etc...)  
Ces connaissances ont été acquises à travers la littérature, l'expérimentation, et une multitude de webinaires

## CONNAISSANCES ET SAVOIR FAIRE EN COURS D'ACQUISITION EN AUTONOMIE OU EN FORMATION

Nutrition fonctionnelle (Académie Marsaud)  
Coach de vie  
Pour le plaisir : Numérologie / Tarot spirituel de Marseille

## ACTIVITES ET MISSION COMPLEMENTAIRES

2015 / 2023 : partenaire active de l'Association Française des Sclérosés en Plaques (organisation d'ateliers bien-être sur toute la France pour les adhérents)  
2019 / 2020 : bénévole aux petites sœurs des pauvres (massage des résidents)  
2005/2015 : membre de l'association des Directeurs Commerciaux de France (un an au codir)

## SOURCES DE DIVERTISSEMENT

Natation, course à pied, marche, méditation, lecture, couture, peinture