

Dossier de Presse

2020



« Le chemin le plus rapide pour mieux
vivre est d'oser ralentir »

Sommaire

I.	<u>Qui sont Chloé et Nicolas Blin-Maginot ?</u>	1
1.1	<u>Introduction</u>	1
1.2	<u>Chloé Blin-Maginot</u>	2
1.3	<u>Nicolas Blin-Maginot</u>	3
II.	<u>Qu'est-ce qu'Une Vie Slow ?</u>	4
III.	<u>Les Podcasts d'Une Vie Slow</u>	5
IV.	<u>Séminaire "Slow is the new Rocck"</u>	7
V.	<u>Programme Métamorphose</u>	8
VI.	<u>Le livre "Vivez une Parentalité Slow"</u>	9
VII.	<u>Conférence : "Slow is the new Rocck"</u>	10
VIII.	<u>L'application "Le Village d'Une Vie Slow"</u>	11
IX.	<u>Nous contacter</u>	12

I. Qui sont Chloé & Nicolas Blin-Maginot ?

Chloé et Nicolas sont les créateurs de unevieslow.fr, un site qui reflète leur philosophie de vie autour du respect des rythmes naturels de l'existence.

Ils y proposent de mettre leurs talents au service des familles en quête d'un quotidien aligné sur leurs aspirations et principes de la Slowlife.



Une vie Slow

Avec Une Vie Slow, Chloé et Nicolas transmettent une autre façon d'appréhender le temps et de redevenir pleinement acteur de l'ensemble de leur vie.

Ensemble, ils incarnent au quotidien les valeurs et messages qu'ils transmettent dans les différents supports d'expressions et de transmissions qu'offre une vie slow grâce à leurs écrits, leurs coachings, leurs programmes en ligne ainsi que leurs podcasts.

I. Qui sont Chloé & Nicolas Blin-Maginot ?

Chloé Blin-Maginot

Chloé Blin-Maginot est autrice du livre « *Vivez une parentalité slow* » paru aux éditions Leduc en 2019, mais aussi slowlife coach et conférencière.

Après une carrière artistique en tant que danseuse-humoriste et productrice de spectacles, Chloé a quitté les planches des théâtres pour se consacrer à l'accompagnement de l'être humain et des relations



En effet, lors de la naissance de son premier enfant en 2012, connu sous le nom de « *Marin d'eau douce* », un élan vers un autre quotidien la porte à créer une association de soutien à la parentalité et l'éco-citoyenneté, le Salon des "Parents Parfaitements Imparfaits", une chaîne Youtube... et un burn-out.

Malgré ces premiers signaux, elle se forme à la communication gestuelle pour le jeune enfant entendant, à la Discipline Positive®, et crée un programme de Gestion des Émotions et des échanges dans les Milieux éducatifs (GEME)... pour décider finalement d'oser ralentir et pleinement vivre sa vie slow.

I. Qui sont Chloé & Nicolas Blin-Maginot ?

Nicolas Blin-Maginot



Nicolas Blin-Maginot est Coach en Slow Business, Webmaster et auteur d'histoires initiatiques pour les enfants.

Il est parti quatorze mois en Asie, entre activités professionnelles en webmarketing, méditations et spiritualité pour découvrir comment vivre en paix et l'incarner sur cette terre.

Il revient riche de ces expériences, rencontres et enseignements vécus, puis décide de consacrer toute son énergie pour inspirer les nouvelles générations, celles qui vont bâtir le monde de demain ; les parents et leurs enfants.

C'est ainsi qu'il se forme à l'animation d'atelier de philosophie et de bien-être pour les enfants, à l'éducation universelle par la compassion. C'est en co-crédant Une Vie Slow, que son intention a pris forme.

II. Qu'est-ce qu'Une Vie Slow ?

Aujourd'hui, nous ressentons tous le besoin de ralentir, mais il n'est pas toujours facile de passer à l'action.

Pourtant, courir après une vie qui nous éloigne peu à peu de notre biologie, de notre nature, de notre essence pour finir par nous consumer de l'intérieur est loin d'être épanouissante et soutenable. Alors il est temps de changer de réalité et de solutions... place à un rythme slow, conscient et connecté à nos besoins.



“Le slow, c'est la capacité à s'extraire du rythme imposé par le quotidien ou une situation. À se décoller de celle-ci pour apporter un angle de vue nouveau et objectif, libre de tout enjeu. Ce mouvement de recul est essentiel pour pouvoir, ensuite, mieux avancer dans votre propre chemin” (Extrait du livre “Vivez une parentalité slow”, Chloé Blin-Maginot, Ed. Leducs)

5 activités pour inspirer et accompagner les familles à mieux vivre le quotidien



Podcasts



Séminaire en ligne



Coaching individuel



Livre Conférences



Application mobile

III. Les podcast d'Une Vie Slow

Les Podcasts d'Une Vie Slow

Soyez les témoins d'un nouveau possible, Ici et maintenant !



Chloé et Nicolas Blin-Maginot, vous proposent de vous conter l'histoire d'une vie slow, basée sur leur quotidien mais aussi au détour de leurs rencontres avec des personnes inspirantes qui incarnent cette intention du slow, au travers de leurs podcasts.

Depuis le 4 mai 2020

3

Séries mensuelles

+ de 450

écoutes/mois en moyenne

+ de 3000

écoutes cumulées

1. Les Cercles d'une Vie Slow

le 3ème lundi du mois



La première série « Les Cercles d'Une Vie Slow » est un rendez-vous mensuel qui présente, grâce à un entretien, des personnes inspirantes.

Les invités transmettent ce qui les fait vibrer, et comment ils ont créé un quotidien qui leur ressemble, aligné sur leurs convictions... En bref, ils ont trouvé leur mouvement slow et ils viennent partager leur parcours et découvertes personnelles.

La diffusion de chaque épisode est suivi d'un « after-podcast », lors duquel les auditeurs échangent avec les invités et Chloé Blin-Maginot en live sur instagram .

2. Du Slow dans mon post-partum

le 2ème lundi du mois



Vous partagez semaine après semaine le quotidien, les questionnements, réajustements d'un couple pendant le premier mois après l'accouchement.

Pour la première fois, découvrez comment le couple amoureux devient couple parental, comment l'homme devient père et comment la femme devient mère. Le tout dans le respect des besoins physiologiques qu'engendre le retour d'une grossesse et d'un accouchement.

3. Unschooling Bonjour

le 4ème lundi du mois



Dans cette première saison, découvrez le témoignage des 3 dernières années vécues par Chloé et Nicolas avec Marin d'eau douce en Unschooling.

Cette philosophie invite à explorer une autre façon de vivre, de grandir et d'apprendre ensemble. Vous allez découvrir leur quotidien et rencontrer d'autres familles qui expérimentent elles-aussi le unschooling.

4. Les Hors-séries



Se sont des des inspirations à thème pour incarner Une Vie Slow en famille, par Chloé Blin-Maginot.

IV. Séminaire « Slow is the New Rocck »

LE CONTEXTE

La vie va à mille à l'heure !

Crouler sous les responsabilités familiales, les engagements professionnels et souhaiter faire de son mieux. La spirale peut parfois être infernale et stressante.

Grâce à la méthode ROCCK, il est possible de Ralentir, Observer, Conscientiser, Choisir et faire le Koala. Ainsi, trouver son rythme pour mieux vivre en famille et conjuguer toutes les facettes de sa vie devient réalité.

C'est ce que la méthode, créée par Chloé Blin-Maginot, propose avec bienveillance, sans injonction, ni culpabilité, ni pression.

« Le chemin le plus rapide pour mieux vivre est d'accepter de ralentir »

Ainsi nous proposons un séminaire virtuel en 4 weekends d'une incroyable richesse, avec des invités d'exceptions, pour se réapproprier son temps dans tous les domaines de sa vie, recultiver et incarner ses aspirations pour changer durablement de réalité.

Bienvenue dans l'expérience « Slow is the new Rocck ».

Slow is the new Rocck - Séminaire virtuel -

4 weekends immersifs en ligne pour trouver son rythme, sublimer, cultiver et changer de réalité.

Début le 23 janvier 2021



4 week-ends immersifs avec
Chloé Blin-Maginot

Séminaire en visioconférence



1 suivi hebdomadaire

+ support en cas d'urgence



Interventions d'invités
exceptionnels

Pendant nos weekends immersifs

1 place achetée =
1 invitation offerte gratuitement à une personne de leur choix

"La beauté de leur accompagnement est de nous emmener dans notre souveraineté"

"J'ai vraiment pu réaliser ce qui me tenait à cœur, tout en me réalisant moi-même. Honnêtement, je ne pense pas que j'aurais réussi sans ton aide. Merci pour ton écoute, ta bienveillance, ton expérience et ta disponibilité."
- Nolwenn J.

"Les slowlife coaching m'ont ouvert l'esprit sur mes besoins"

"Les slowlife coaching m'ont ouvert l'esprit sur mes besoins et m'ont fait faire un premier pas vers la connaissance de moi-même, un premier pas dans un nouveau monde. Un monde où je me respecte davantage. Un monde qui me correspond mieux." - Laure M.

V. Programme Métamorphose

LE CONTEXTE

Suivre son rythme naturel, être aligné à ses aspirations, vivre en adéquation avec ses valeurs profondes et répondre à ses besoins. Voilà ce que le programme métamorphose permet aux familles désireuses de capitaliser ses talents et les mettre au service de leur bien-être.

Un programme sur une année pour incarner et entreprendre dans le cercle personnel, conjugal, parental, familial et professionnel.

Chloé & Nicolas Blin-Magnot propose à 4 familles par an de se libérer d'un quotidien qui n'a plus de sens pour opérer une véritable métamorphose slow en se donnant les moyens d'incarner et entreprendre leur nouvelle vie.

Des week-ends en immersion, du coaching Slowlife et Slow Business et la création des supports de communication, voici les outils garantissant la réussite des projets.

Programme Métamorphose - Réservé à 4 familles/an -

12 mois pour se libérer d'un quotidien qui nous échappe, incarner et entreprendre sa nouvelle vie à tous les niveaux



2 week-ends d'immersion
avec Chloé & Nicolas

Uniquement pour vous et avec nous.
Vivez une véritable expérience de
transformation.



10 mois de coaching en
Slowlife & Slow Business

Vous avez rendez-vous tous les 15 jours
avec Chloé (SlowLife) et tous les mois
avec Nicolas (Slow Marketing &
Business).



Création de vos supports de
communications

Nicolas s'occupe de créer ou mettre à
jour vos supports de communications
(Web & Print).

+ 2 places offertes pour l'incroyable expérience du séminaire
LIVE avec Chloé "Slow is the new Rocck"

" Ils ont réellement changé notre vie "

« Les compétences professionnelles de Chloé et Nicolas, leurs qualités relationnelles et humaines, leurs outils toujours adaptés, leurs justes expertises, leurs intelligences émotionnelles respectives, leur complémentarité, l'intérêt qu'ils portent à l'autre, l'adaptabilité et la bienveillance dont ils font preuve, sont autant de paramètres qui assurent la réussite et l'atteinte des objectifs que les coachés se fixent. » - Aline et Henri B.

"Indispensable pour me faire sortir de ma zone de confort avec
efficience tout en me respectant"

« Le processus a été intense, tel une renaissance. Car Nicolas & Chloé avec leurs propres sensibilités ont su être à l'écoute me permettant d'incarner dans la matière les ressentis et les aspirations que j'avais sans avoir les clés pour les concrétiser pleinement, et en me respectant. Un grand merci ! » - Sylvaine A.

VI. Le livre “Vivez une parentalité slow !”

VIVEZ UNE PARENTALITÉ SLOW !

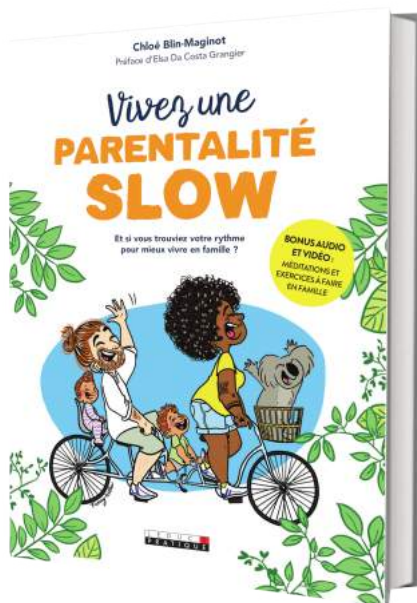
Chloé Blin-Maginat,
Préfacé par Elsa Da Costa Grangier

Les parents se sentent parfois happés dans une spirale infernale, et ils ne rêvent alors que d'une chose : prendre enfin le temps de réfléchir avant d'agir !

Dans ce livre, Chloé Blin-Maginat guide les lecteurs pas à pas sur le chemin de la découverte de leur propre fonctionnement, de celui de leur famille, de leur enfant et de leur écosystème grâce à :

- **La méthodologie ROCCK**, comme **R**alentir, **O**bserver, **C**onscientiser, **C**hoisir et... faire le Koala.
- **Des conseils** pour changer le quotidien dans tous les domaines : physiologie, santé, alimentation, individualité, couple, enfant, famille, maison et consommation.
- **Des pistes** pour poser un œil neuf sur sa santé, ses modes de consommation (bio, zéro déchet...), de communication...

Sans compter des **bonus audio et vidéo** pour accompagner le lecteur dans son cheminement vers le slow : exercices, méditations guidées, scan corporel... **à faire en famille!**



Parution le 16 avril 2019
17,00 € – 272 pages

« Le Slow est pour moi synonyme de conscience, de respect de son essence personnelle profonde. Il permet de trouver son propre mode d'emploi pour avancer dans la vie avec douceur et alignement. » Chloé Blin-Maginat.



Chloé Blin-Maginat est conférencière, slow life coach et accompagnatrice parentale. Créatrice du concept *Une vie slow*, elle est également cofondatrice et formatrice du programme GEME (Gestion des émotions et des échanges dans les milieux éducatifs). Elle a cocréé le site www.unevieslow.fr.

Elsa Da Costa Grangier est une journaliste et productrice française et fondatrice de *Avisdemamans.com*. Elle a reçu le Prix Maman Travaille, association fondée par Marlène Schiappa en 2013.

Avec la collaboration d'**Alix Lefief-Delcourt**, et les illustrations de **Fanny Vella**.

L E D U C . S
P R A T I Q U E

Relation Presse :
Anne Emilie | 06 43 68 51 92 | anneemilie.b@unevieslow.fr

VII. Conférence « Slow is the new Rocck »

« Slow is the new Rocck »

Une conférence interactive pour trouver votre rythme et mieux vivre en famille !



CONFÉRENCE

Slow
is the new **ROCCK**

« Et si vous trouviez votre rythme pour mieux vivre en famille ? »

Découvrez les 5 temps de la parentalité Slow

Ralentir, **O**bserver,
Conscientiser, **C**hoisir
et faire le **Koala** !

Chloé Blin-Maginot

Nous ressentons tous le besoin de ralentir, mais il n'est pas toujours facile de passer à l'action. J'ai créé cette méthode comme un mouvement d'introspection vers l'essentiel afin de trouver votre rythme et prendre conscience de son positionnement. **Bienvenue dans votre slow !**

**L É D U C
P R A T I Q U E**



Nos vies n'ont jamais été aussi remplies... et stressantes. Et lorsqu'on devient parents ou vivons une vie de famille, tout s'accélère encore et nous croulons sous les responsabilités et l'envie de bien faire.

Une Parentalité Slow vous invite à trouver enfin le bon rythme et le bon fonctionnement qui vous ressemble !

Grâce à la méthode ROCCK, élaborée par Chloé Blin-Maginot, découvrez comment conjuguer toutes les facettes de votre vie avec harmonie... car vous n'êtes pas que des parents !

Osez vivre VOTRE vie Slow !

Témoignage :

« Suite à l'une de vos conférences j'ai eu un déclic. Ma vie a changé du tout au tout et c'est tellement plus savoureux maintenant. Alors merci pour tout ce que vous faite directement ou indirectement ». Anne -Laure

Organiser une conférence :

Anne Emilie | 06 43 68 51 92
anneemilie.b@unevieslow.fr

VIII. L'application "le village d'une Vie Slow"

-> *En cours de développement* <-

Le Village d'Une Vie Slow

L'application communautaire qui adoucit le quotidien des parents au XXIème siècle !



Des expériences concrètes pour vivre votre vie Slow en famille.



Discuter avec une communauté de parents qui partagent vos valeurs



Du contenu inspirant, des outils pour mieux vivre, et des accompagnements soutenant.



En collaboration avec 13 partenaires de coeur pour assurer notre mission.



Rencontrez localement d'autres parents bienveillants grâce à la géolocalisation.

Plus d'informations sur : <https://fr.ulule.com/le-village-dune-vie-slow>

IX. Nous contacter

Les demandes sont à adresser à notre chargée de développement, Partenariat & Presse :

> Anne Emilie | 06 43 68 51 92 | anneemilie.b@unevieslow.fr



Une vie
Slow

« Ne nous conformons plus...
Il est temps d'inspirer, de respirer et incarner un nouveau monde,
un monde plus slow. »

Site internet : www.unevieslow.fr

Page Facebook : /UneVieSlow

Compte Instagram : @une_vie_slow