



Accélérateur de transformations

Eveillez vos potentiels inexploités



COHERENCE

CONSCIOUS CULTURE  HUMAN PERFORMANCE



*Intelligence, passion, engagement, success, life ...
It's all about strong and healthy relationships.*

NOS MÉTIERS

L'ACCOMPAGNEMENT ET LA (TRANS)FORMATION

Des solutions adaptées aux multiples besoins et aux défis d'aujourd'hui



Formations



Coaching individuel et collectif



Recrutement



Animations



Interim management



Ingénierie pédagogique



Conférences




Outplacement. Mobilité interne



Culture d'entreprise

VOS BÉNÉFICES

- Accélérer les transformations et révéler les potentiels inexploités
- Développer une culture de l'excellence humaine où performance et bienveillance cohabitent harmonieusement
- Booster la « curiosité »
- Redynamiser les individus et les organisations
- Développer l'agilité et libérer le potentiel créatif et collaboratif
- Permettre aux organisations d'oser de nouveaux modes d'interactions
- Reconnecter au plaisir de travailler ensemble, oser être décalé



« When people are financially invested, they want a return. When people are emotionally invested, they want to contribute. »

Simon Sinek

NOTRE PÉDAGOGIE

DYNAMISER L'ENGAGEMENT

Des formations trans-formantes, participatives, pratiques (min. 50% de mises en situation), opérationnelles, ludiques, ...

... qui aiguisent la responsabilité et l'autonomie

Les participants sont invités à s'impliquer, à expérimenter, à sortir de leur zone de confort, à oser le dépassement de soi et l'authenticité, améliorant par là leur agilité et leur performance individuelle et collective dans un esprit de bienveillance.

ACCOMPAGNER ET FAIRE GRANDIR

« Si vous trouvez que l'éducation coûte cher, essayez l'ignorance » disait Abraham Lincoln.

Le savoir cognitif est une forme d'ignorance tant qu'il n'est pas **transformé** en actes.

La plus grande difficulté n'est pas le savoir en lui-même, ce dernier étant largement disponible ! Le défi réside majoritairement dans l'intégration de ce savoir pour le rendre « vivant » au sein des organisations humaines.

« Strong people skills and self awareness drive better strategic and financial results. [...] High self-awareness score was the strongest predictor of overall success. »

Leadership study - Grean Peak Partners and Cornell's schools of Industrial & Labor Relations

Nos formations s'appuient sur une **technologie du développement humain en trois phases interdépendantes**. Cette approche permet le développement d'une conscience et connaissance de soi pointues, accompagnées d'une bonne connaissance des basiques de la nature humaine. Cela amène peu à peu vers une maturité relationnelle et une vision systémique « win-win-win ».

Relation à soi

Relation à l'autre, à l'équipe

Relation à l'organisation, au système

COMPÉTENCES 2020

(source: étude du World Economic Forum et COHERENCE)

- Gestion de la complexité, vision systémique
- Adaptabilité, agilité, posture d'évolution
- Regard critique constructif
- Créativité, capacité à innover et oser
- Capacité à animer et fédérer
- Maturité et intelligence émotionnelle et sociale (coordination et interactions saines)
- Capacité à décider, trancher
- Orientation solution et client, sens du service
- Capacité à négocier dans l'intérêt de toutes les parties prenantes
- Flexibilité cognitive, apprendre à apprendre

Quel est le point commun entre toutes ces compétences ?

"In the knowledge economy, soft skills are THE essential hard skills to be successful in the long run. Whether we like it or not, we already entered the era of emotions and relationships"

F. Theismann

LEADERSHIP & MANAGEMENT

Leader vertueux : manager au-delà de l'égo	3 j. (ou 2+1)
Leader authentique : passez au niveau supérieur du leadership	3 j.
Devenir manager : les bases essentielles	2 j.
Décider, trancher, choisir : du doute à la décision responsable	2 j.
Libérer son talent : changer de regard et devenir créatif	2+1 j.
Feedback, feedforward et reconnaissance : outils du leader positif	1 j.
Feedback et empowerment : vers une culture du feedback	1 j.
Empowerment et servant-leadership : apprendre à fédérer	1 j.
Redynamiser une équipe en perte de sens	1+ j.
Interculturalité, intergénérationnel : construire des ponts pour l'avenir	1 j.
Devenir leader au 21ème siècle : un parcours transformateur sur 3 ans	14 j.

Sur demande, découvrez également nos ateliers « **boost** » en 3 h.

DÉVELOPPEMENT HUMAIN & EFFICACITÉ

Se dépasser : découvrir ses potentialités (infinies !)	2 j.
Se dépasser (Team Training) : relever ensemble tous les défis	2 j.
Performance et efficience : retrouver le plaisir d'agir	2 j.
Développer son intelligence relationnelle : du conflit à l'harmonie	2 j.
Se maîtriser : faire face avec sérénité	2 j.
Connaissance et conscience de soi : améliorer la confiance (niveau 1 et 2)	2 x 1 j.
Mieux gérer son temps : une question d'énergie	2 j.
Mieux communiquer pour mieux coopérer (niveau 1 et 2)	2 x 3 j.
Réussir ses interventions publiques : les bases	1 j.
L'art de parler en public et charisme	2 j.
Parcours évolution personnelle et efficacité professionnelle	
• Module 1 « Lucidité » : améliorer la qualité de relation à soi pour être plus efficace	3 j.
• Module 2 « Authenticité » : favoriser et optimiser la coopération	3 j.
• Module 3 « Efficience et sérénité » : améliorer la dynamique systémique	3 j.

MOBILITÉ & EMPLOYABILITÉ

Dynamiser sa carrière, réussir ses projets, devenir responsable de son développement	2 j.
Devenir « intrapreneur » : buts, priorités et productivité	3 x 1 j.
Réflexion Stratégique Carrière et Employabilité (RSCE) : un accompagnement responsable intensif pour booster la mobilité interne	3 + 1 j.

BIEN-ÊTRE & PERFORMANCE COLLECTIVE

Leadership, burn-out et bien-être : les clés d'un management sain	1 j.
Stress, détresse et signes de burn-out : les solutions des leaders éclairés	1 j.
Ateliers de gestion du stress (8 séances de 1h30)	8 x 1,5h
Devenir correspondant bien-être : être acteur d'une culture du bien-être	4 x 1 j.
ENTHUSIASTEAM. Renforcer les relations, booster les équipes (animation jusqu'à 50 personnes)	1 j.

NB : Plusieurs de nos formations sont également disponibles en anglais et certaines utilisent le cheval comme médiateur (équitraining).

CONFÉRENCES

- 📌 LEADERSHIP 3.0 et agilité : un management vivant, libéré des modèles !
- 📌 Se dépasser : comment ne plus être son propre obstacle.
- 📌 Reconnaissance au travail : anti-stress naturel et enzyme de la performance.

Dans toutes nos conférences, nous veillons à :

- transmettre avant tout un vécu, ce qui rend nos interventions vivantes, illustrées d'exemples et de cas concrets ;
- y glisser quelques touches d'humour et des images ;
- créer des associations d'idées innovantes ou décalées ;
- limiter la théorie au strict minimum ;
- inviter au questionnement.

COACHING

Le coaching permet de répondre de façon chirurgicale et pertinente là où d'autres interventions s'avèrent insatisfaisantes.

Outre les ateliers traditionnels de coaching, nous proposons l'équi-coaching, particulièrement efficace puisque le cheval s'avère être un médiateur extrêmement efficient.

- Individuel ou collectif ;
- Carrière ;
- Post burn out.



FORMATIONS



LEADER VERTUEUX : MANAGER AU-DELÀ DE L'ÉGO

Cherchez le leader vertueux et vous risquez de passer à côté. Il est au milieu de ses équipes, connu et respecté de tous, et pourtant presque invisible à l'œil extérieur. Serait-il sans ego ? Peut-être, peut-être pas. Mais que signifie l'ego et comment le mettre au service des projets et des personnes plutôt que d'être embarqué par son ego ? Que signifie diriger au-delà de l'ego ?

Cette formation pratique, transformante et bousculante de trois jours permettra aux managers et dirigeants d'explorer des espaces moins connus en eux-mêmes, dans le labyrinthe de leur ego et au-delà, pour y trouver les sources du renouvellement continu et apprendre à diriger à partir d'une conscience et connaissance de soi aiguisée.

La formation se déroule en résidentiel, une véritable mise au vert, et est destinée aux cadres et dirigeants motivés par l'envie de découvrir une nouvelle dimension à leur leadership.

Objectifs et bénéfices

- Développer un leadership au-delà des recettes et des styles ;
- Gagner en lucidité, en authenticité et en sérénité ;
- Se connecter à sa force intérieure et libérer son charisme ;
- Acquérir un leadership d'influence pour « travailler et faire ensemble » ;
- Repérer ses propres pièges et transcender les jeux de l'ego ;
- Puiser aux racines du ressourcement de soi ;
- Développer une intuition pertinente ;
- Être plus efficace et performant grâce à une maîtrise personnelle ;
- Mobiliser par la clarté de sa communication ;
- Devenir créateur de cercles vertueux et acteur d'une culture hautement positive.

Cette formation est proposée en 3 jours consécutifs pour permettre la mise en route de tous les processus de transformations. Elle peut aussi être proposée en 2+1 jours (un mois entre les deux interventions).

LEADER AUTHENTIQUE : passez au niveau supérieur du leadership



Une formation-atelier de trois jours, où la posture de leader, le développement humain et la connaissance de soi sont particulièrement travaillés. Elle se déroule en résidentiel et est destinée aux cadres et dirigeants. Ce moment intensif permet de gagner en lucidité, en maturité et en sérénité. Il s'agit d'une formation transformante. Pour de nombreux participants, cette formation fait partie des éléments marquants de leur carrière de manager et devient un point de référence du progrès tant personnel que managérial.

Objectifs et bénéfices

- Prendre sa place de manager ou leader avec lucidité quant à soi-même ;
- Améliorer la confiance en soi ;
- Être plus efficace grâce à la maîtrise personnelle et la mise en œuvre de ses talents et potentialités ;
- Mettre en place des attitudes humaines authentiques ;
- Mobiliser par la clarté de sa communication ;
- Développer un leadership d'influence pour « travailler et faire ensemble ».

NB : Cette formation s'appuie principalement sur un travail dans la relation à soi. Elle peut être prolongée d'un :

- **NIVEAU 2, Exemplary Leader**, davantage axé sur la relation aux autres
- **NIVEAU 3, Inspiring Leader**, l'accent est mis sur la relation à l'organisation et au système.

DEVENIR MANAGER : les bases essentielles



On ne naît pas manager, on le devient ! Comment allez-vous organiser et réaliser vos 100 premiers jours en tant que manager ? Quelles sont les objectifs et les tâches qui vous attendent ? Décider, organiser, planifier, prévoir, motiver, recruter, négocier, déléguer ... le quotidien du manager est varié, il est technique, technologique et surtout ... humain ! Cette formation interactive et intensive de deux jours vous permettra d'acquérir les bases du management, et mieux encore, de vous préparer à l'imprévu.

Objectifs et bénéfices

- L'humain : comprendre les dynamiques essentielles ;
- Investir dans l'humain, pourquoi et comment ?
- Motiver, coacher, diriger : adapter son style ;
- Adopter une posture de leader au 21ème siècle ;
- Développer un mindset adapté (posture d'évolution, orienté solution) ;
- Maîtriser la dynamique de groupe et la conduite de réunions ;
- Apprendre à fixer des objectifs ;
- Gérer son temps et ses priorités, gérer son énergie ;
- Mieux décider : Délégation, décision et co-décision
- Disposer des bases du recrutement ou comment éviter les erreurs de casting ;
- Apprendre à communiquer en équipe.

Un travail préparatoire de deux heures environ est demandé avant d'assister à la formation (document à lire et questionnaire à remplir).

DÉCIDER, TRANCHER, CHOISIR :

du doute à la décision responsable



Une formation de deux jours autour du processus décisionnel et de la capacité à décider, à partir d'une compréhension claire des fonctionnements de base de la nature humaine. Qui décide en soi ? Comment décider rapidement avec lucidité ? Existe-t-il une décision réellement intuitive ?

Objectifs et bénéfices

- Améliorer les capacités d'actions et de décisions des managers, responsables et cadres ;
- Développer la clarté, le discernement et la capacité à trancher dans la décision ;
- Permettre une meilleure implication, voire adhésion des autres à la décision ;
- Développer des attitudes pragmatiques et la capacité d'exécuter et d'assumer ses décisions dans le respect de soi, des autres, des clients et de l'entreprise.

LIBÉRER SON TALENT :

changer de regard et devenir créatif



Une formation en leadership et développement personnel de trois jours (2+1, séparés de deux à trois mois environ) pour éveiller le potentiel et oser sortir du cadre. Particulièrement destinée aux managers qui prennent de nouvelles responsabilités et à ceux qui veulent libérer leur potentiel. La troisième journée met l'accent sur les difficultés rencontrées dans la pratique managériale.

Objectifs et bénéfices

- Renforcer sa posture de leader ;
- Développer la capacité à oser, tester, innover ;
- Comprendre et utiliser les paradoxes et les opposés ;
- Devenir promoteur de l'intelligence collective ;
- Grandir en maturité relationnelle ;
- Développer sa capacité à décider et co-décider.

FEEDBACK, FEEDFORWARD, RECONNAISSANCE :

outils du leader positif



Parmi les premières causes de stress et de désengagement, on trouve le manque de reconnaissance ainsi que le manque de sens, de lien ou d'esprit d'équipe. D'un autre côté, on constate que les entreprises où les managers donnent très régulièrement du feedback et de la reconnaissance se démarquent en termes de productivité, de performance financière et de rétention du personnel. A l'heure où la plupart des entreprises traversent des moments difficiles, cet atelier intense d'une journée, aidera à promouvoir un climat de confiance et de respect et à redevenir créateur d'une culture positive.

Objectifs et bénéfices

- Gagner en efficacité, plaisir et énergie dans les relations ;
- Mieux comprendre la nature humaine, ses besoins et ses attentes ;
- Créer les conditions de la motivation, de l'engagement, de la confiance, de l'inspiration ;
- Devenir acteur d'un climat épanouissant, convivial, favorisant la performance ;
- Stimuler l'autonomie tout en réduisant le besoin de reconnaissance ;
- Renforcer sa responsabilité et son influence, améliorer son management.

FEEDBACK ET EMPOWERMENT :

VERS UNE CULTURE DU FEEDBACK



Cette formation d'une journée est destinée principalement aux « people managers » et cadres. Elle leur permettra de mieux comprendre le rôle du feedback comme outil pour faire grandir les collaborateurs, renforcer la confiance et améliorer les relations professionnelles.

Pré-requis : avoir participé à l'atelier Feedback, feedforward et reconnaissance ou disposer de bases solides au sujet du feedback et de l'intelligence émotionnelle.

Objectifs et bénéfices

- Approfondir les clés d'un feedback réussi ;
- Entrer efficacement en relation, intention relationnelle, faire grandir (empower) ;
- Apprendre à créer un climat de confiance, améliorer son écoute ;
- Gagner en maturité relationnelle ;
- Apprendre à stimuler la confiance et l'estime de soi par le feedback ;
- Développer une culture du feedback ;
- Acquérir une conscience des principes systémiques sous-jacents.

EMPOWERMENT & SERVANT-LEADERSHIP : apprendre à fédérer



Êtes-vous prêt à diriger dans le nouveau monde du travail ? Dans un monde en pleine mutation, il est vital de transformer la posture managériale. Le manager ne dirige plus, il fédère et renforce chacun. Cette formation d'une journée apporte les bases de l'empowerment et de la posture de servant leader.

Objectifs et bénéfices

- Comprendre le contexte et les moteurs du changement actuel ;
- Comprendre l'utilité de se connaître, de reconnaître ses biais de perception ;
- Mieux comprendre la nature humaine pour mieux diriger, mieux déléguer, mieux renforcer, mieux reconnaître ;
- Devenir un leader qui fait grandir chacun ;
- Poser les prémices pour devenir un leader inspiré et inspirant.

REDYNAMISER UNE ÉQUIPE EN PERTE DE SENS

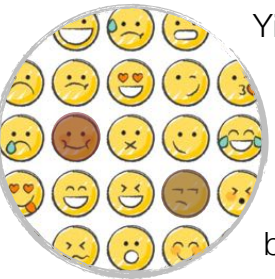


Lorsque la fatigue, la démotivation voire le conflit ont pris le pas sur le plaisir du travail ensemble et du dépassement de soi, il est temps d'agir. Ce team training ludique d'une journée prolongé en soirée par un moment de convivialité permettra de donner une nouvelle perspective à l'équipe sans fausse promesse.

Objectifs et bénéfices

- Mettre à plat les difficultés et les tensions ;
- Poser les bases d'une reconstruction saine ;
- Relancer un défi relationnel commun construit ensemble ;
- Définir un plan d'actions pour retrouver le plaisir au travail.

INTERCULTURALITÉ, INTERGÉNÉRATIONNEL : construire des ponts pour l'avenir



Yin ou Yang, Mars ou Vénus ou les deux, Management X ou Y, Génération X, Y, Z ou β, du Sud, de l'Est, de l'Ouest ou du Nord,... Une seule constante : nous sommes tous différents et pareils ! La résilience de la nature découle de sa biodiversité. Il en va de même pour les organisations humaines.

Objectifs et bénéfices

- Apprendre à repérer la richesse de la différence ;
- Comprendre le lien entre connaissance de soi et rejet de la différence ou comment dépasser la peur ;
- Promouvoir la diversité sociale pour stimuler l'innovation ;
- Développer une culture ultra résiliente.

DEVENIR LEADER AU 21ÈME SIÈCLE : un parcours transformateur sur 3 ans



Objectif : Permettre aux managers, jeunes ou moins jeunes, de grandir dans leur posture de leader et d'accompagner vers le succès durable. Ce parcours est conçu pour permettre d'acquérir les bases techniques et humaines nécessaires ainsi que pour accélérer le développement personnel vers la posture de leader. Certains exercices vont ainsi mettre les participants en situation d'introspection ou de remise en question pour leur permettre de (re)construire les bases d'un leadership solide adapté au nouveau monde du travail.

KICK-OFF LEADERSHIP ACADEMY : une formation interactive et intensive de deux jours qui permet de rappeler les bases du management :

- L'humain : comprendre les dynamiques essentielles ;
- Adopter une posture de leader au 21ème siècle ;
- Développer un mindset adapté (posture d'évolution, orienté solution) ;
- Dynamique de groupe et conduite de réunions ;
- Fixation d'objectifs ;
- Gestion du temps et des priorités, gestion de son énergie ;
- Délégation, décision et co-décision ;
- Base du recrutement ;
- Communication en équipe.

AUTHENTIC LEADER : Une formation en quatre temps ! ... 3+1+1+1

- Atelier de trois jours (J1-J2-J3), où la posture de leader, le développement humain et la connaissance de soi sont particulièrement travaillés. Ce moment permet d'apporter un éclairage essentiel sur soi-même et pose les germes de la transformation vers la posture de leader (voir la formation « Leader Authentique » pour plus de détails)
- J4 : Posture d'évolution (mindset du succès) et les quatre piliers du dépassement de soi.
- J5 : Mon Business Model de leader. Identifier ses valeurs et sa contribution en lien avec les besoins de l'organisation et apprendre à communiquer et se vendre à partir de cette vision.
- J6 : Atelier de pratiques managériales (co-construction) autour des difficultés rencontrées sur le terrain. Bilan de l'étape « Authentic Leader » avec renforcement des acquis et définition d'un plan d'actions.

EXEMPLARY LEADER : Une formation de trois journées dans un format résidentiel pour obtenir plus d'impact au niveau de la cohésion du groupe, ou encore en trois journées autonomes rapprochées.

- J1 : Créer des relations saines et fortes, communiquer authentiquement, intention relationnelle et empowerment, biais de perception, lien entre conscience de soi et compétence sociale.

- J2 : Améliorer sa maturité relationnelle, équilibre dynamique entre donner et recevoir, écoute active, challenge, feedback, feedforward et reconnaissance, stimuler l'intelligence collective.
- J3 : Créer la confiance, montrer l'exemple, partager la vision et les valeurs, repérer et désamorcer les comportements toxiques et destructeurs des relations, gérer les cas difficiles, communiquer en situation de conflit ou de tension.

INSPIRING LEADER : Une formation de trois journées dans un format résidentiel pour obtenir plus d'impact au niveau de la cohésion du groupe, ou encore en trois journées autonomes rapprochées.

- J1 : Vision, aspiration, buts et valeurs : se doter de buts élevés. Promouvoir l'efficacité individuelle et collective.
- J2 : Comprendre les principes qui régissent les systèmes humains pour dynamiser les relations et les personnes (principes systémiques, théorie des parties prenantes, approche holistique).
- J3 : Développer une culture consciente au service de la performance individuelle et collective : les attitudes et habitudes d'un leader authentique, inspirant et charismatique.

Chaque animation est conçue pour favoriser chez les participants :

- le sens des responsabilités ;
- l'autonomie ;
- la volonté d'être un acteur efficace de son propre succès et du succès collectif ;
- l'ouverture d'esprit ;
- la conscience des inter-relations et inter-dépendances.

Le parcours complet s'étale sur quinze mois à trois ans environ, selon les besoins de l'organisation. Il représente un total de quatorze jours. Ce parcours est adaptable aux contraintes et objectifs de l'organisation.



« Twenty years from now you will be more disappointed by the things you didn't do than by the ones you did do. So throw off the bowlines. Sail away from the safe harbor. Catch the trade winds in your sails.

Explore. Dream. Discover. »

usually credited to Mark Twain

SE DEPASSER : découvrir ses potentialités (infinies !)



Volatil, incertain, complexe, ambigu : notre monde change très vite. Les repères habituels disparaissent. Cette formation-atelier de deux jours développe la capacité à se remettre en question, à se réinventer et à se dépasser dans ce contexte particulier de transformation sociétale. Celui qui stagne recule, qu'il soit un individu ou une organisation. Il s'agit de développer sa curiosité, éveiller son enthousiasme, manifester des attitudes de croissance personnelle et c'est aussi apprendre à apprendre au-delà des habitudes et des croyances.

Objectifs et bénéfices

- Développer sa capacité d'apprendre à apprendre, en confiance ;
- Comprendre certains aspects du fonctionnement du cerveau et du psychisme humain ;
- S'inscrire dans un état d'esprit propice au développement et au changement ;
- Eveiller sa curiosité, son potentiel (infini) d'apprentissage et sa volonté d'avancer ;
- Développer un plus grand sens de la responsabilité personnelle ;
- Prendre plaisir à se remettre en question et à progresser.

2j

SE DÉPASSER (TEAM TRAINING) : relever ensemble tous les défis



Ce team training de deux jours, qui s'appuie sur le contenu de la formation « Se dépasser », s'adresse à tous ceux qui souhaitent sortir des conflits, se redonner un défi relationnel positif et (re)créer une culture saine et forte.

Cette formation interactive et ludique permet d'aborder les sujets relationnels avec profondeur. A la différence des événements de « Team building » dont l'impact dépasse rarement quelques semaines, le team training tel que nous le proposons permet de poser les germes de relations positives durables.

Objectifs et bénéfices

- Développer son potentiel et sa capacité d'apprendre à apprendre, en confiance ;
- S'inscrire dans un état d'esprit propice au développement et au changement ;
- Prendre plaisir à se remettre en question et à progresser ;
- Comprendre quelques aspects essentiels des relations humaines ;
- Identifier ses valeurs personnelles et les valeurs de l'équipe ;
- Construire son défi relationnel en équipe ;
- Par les interactions, désamorcer les tensions et conflits et recréer des liens vivants.

2j

PERFORMANCE ET EFFICIENCE :

retrouver le plaisir d'agir



Une formation de deux jours pour améliorer ses performances personnelles et se reconnecter au plaisir de la performance. Souvent il ne s'agit pas d'en faire « plus », mais plutôt de faire « mieux » à partir d'une bonne connaissance de soi et de quelques principes du fonctionnement de la nature humaine.

Objectifs et bénéfices

- Améliorer les capacités à rechercher l'excellence en toute circonstance ;
- Développer du plaisir lié au sens du challenge et des capacités à dépasser les attentes ;
- Développer des attitudes visant à raisonner et agir en termes d'opportunités, de valeur ajoutée et d'efficacité dans l'intérêt général ;
- Promouvoir un état d'esprit visant à développer une performance durable.

DÉVELOPPER SON INTELLIGENCE

RELATIONNELLE :
du conflit à l'harmonie



Une formation-atelier dense et pratique de deux jours qui améliore la performance sociale et l'assertivité. Vous expérimenterez et comprendrez comment entrer toujours davantage dans des relations constructives, sans tomber dans les jeux psychologiques et éviter les pièges classiques. L'axe « communication » est privilégié durant la formation et vous repartirez avec des outils efficaces pour prévenir et désamorcer les conflits. De nombreux exercices permettent d'intégrer les principes appris, de sorte que la mise en pratique soit accessible immédiatement.

Objectifs et bénéfices

- Devenir plus lucide quant à soi-même, meilleure connaissance de soi ;
- Développer son écoute et l'esprit de conciliation, renforcer la confiance en soi ;
- Renforcer son aptitude à se centrer, sans s'égoцентrer !
- Être plus en contact avec son ressenti et pouvoir le verbaliser ;
- Mieux gérer son émotivité face à une difficulté relationnelle ;
- Développer ses capacités d'expression dans le respect de soi et de l'autre ;
- S'affirmer avec force et sérénité ;
- Apprendre à dire « non » (ou oui !), savoir gérer les critiques.

SE MAÎTRISER :

faire face avec sérénité



Pour évoluer personnellement et professionnellement, il importe d'avoir une excellente relation à soi. Dans cet atelier pratique de deux jours, vous améliorerez la connaissance de soi et développerez votre intelligence émotionnelle. Se maîtriser permet d'agir avec lucidité en toutes circonstances, en situation pressante ou même face à l'incertitude, dans une approche constructive et positive. Cet atelier dans son contenu et ses pratiques vous apportera une nouvelle compréhension et de nouvelles potentialités afin d'aborder les situations avec plus de sérénité et d'objectivité.

Objectifs et bénéfices

- Améliorer la connaissance de soi, la maîtrise de soi et des émotions ;
- Mettre en oeuvre son intelligence émotionnelle ;
- Développer une attitude constructive en situation tendue ;
- Développer sa lucidité quant à soi-même et sa sérénité en toute circonstance ;
- Disposer d'outils opérationnels pour approfondir, après la formation, la connaissance de soi et pérenniser les acquis.

CONNAISSANCE ET CONSCIENCE DE SOI :

améliorer la confiance (niveau 1 et 2)



Cet atelier d'une journée permet de poser les bases nécessaires pour améliorer la connaissance de soi et la confiance en soi. Nombre d'entre nous n'avons qu'une connaissance partielle voire superficielle de nous-même, surtout en ce qui concerne nos potentialités. Créer un socle solide permet le progrès personnel dans de nombreux domaines. La connaissance et la conscience de soi sont également des facteurs importants pour un succès durable.

Objectifs et bénéfices

- Comprendre les basiques de la nature humaine ;
- Apprendre à s'observer, se comprendre, sans se juger ;
- Mener un audit de « soi » (forces, faiblesses, freins, croyances limitantes, ...) ;
- Apprendre à se transformer, pièges à éviter, processus continu ;
- Améliorer la confiance en soi et l'estime de soi.

NIVEAU 2 : Etre utilisé par son ego ou l'utiliser ? Pour aller plus loin dans la connaissance de soi, il est aussi nécessaire de comprendre la place de l'ego et de la personnalité, apprendre à déposer l'armure et à utiliser ses ressentis et ses émotions, c'est-à-dire à développer une intelligence émotionnelle pointue, qui permet d'accéder à la maturité émotionnelle.

MIEUX GÉRER SON TEMPS :

une question d'énergie



Une formation de deux jours qui donne la priorité à une pédagogie active, où il s'agira dans un premier temps d'aller à la rencontre des comportements chronophages pour permettre à chacun, dans un second temps, d'optimiser les outils de gestion du temps qui seront transmis.

Objectifs et bénéfices

- Clarifier sa mission au sein de l'organisation ;
- Mieux comprendre sa relation au temps et prendre conscience de ses « saboteurs » ;
- Réduire l'impact des autres et développer l'efficacité ;
- Acquérir des pratiques et des méthodes de meilleure gestion du temps.

MIEUX COMMUNIQUER POUR MIEUX COOPÉRER :

développer une communication authentique et responsable (NIVEAU 1)



La communication est un des leviers fondamentaux du « bien travailler ensemble ».

Qu'est-ce que « communiquer » ? Quelles sont les clés d'une communication efficace ? Une formation-ateliers de trois jours, idéalement en résidentiel, pour comprendre ce qui fait obstacle dans sa

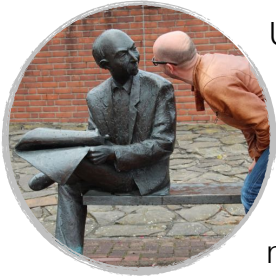
communication, retrouver son pouvoir, et aller vers un positionnement simple et authentique, permettant une communication efficace qui favorise la coopération.

Objectifs et bénéfices

- Connaître les fondamentaux de la communication ;
- Comprendre notre fonctionnement et celui des autres ;
- S'appuyer et capitaliser sur nos émotions ;
- Développer la capacité à pouvoir se dire avec simplicité et authenticité tout en restant à l'écoute de l'autre ;
- Instaurer un dialogue de qualité améliorant l'impact de sa communication et favorisant la coopération ;
- Eveiller sa capacité d'empathie et accroître ses compétences relationnelles.

MIEUX COMMUNIQUER POUR MIEUX COOPERER :

repérer et déjouer les conflits (NIVEAU 2)

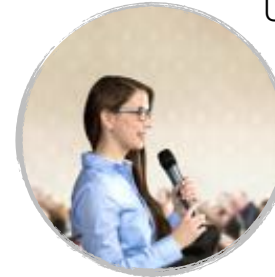


Une des principales causes de rupture dans la coopération, est le « conflit ». Nombreuses sont les personnes qui ne savent pas faire face au conflit, qui en ont peur. Où prennent source les conflits ? Où cela se joue-t-il dans notre communication ? Comment se positionner et déjouer les conflits ? Une formation-ateliers de trois jours, idéalement en résidentiel, pour éveiller sa conscience, identifier la racine des conflits, prendre sa responsabilité et sortir des jeux psychologiques, et privilégier la coopération en toutes circonstances.

Objectifs et bénéfices

- Prendre conscience des comportements « anti-relationnels » chez soi et chez les autres ;
- Savoir identifier les « jeux psychologiques » à l'origine des conflits ;
- Tirer profit des réactions émotionnelles chez soi et chez l'autre ;
- Se positionner tout en restant à l'écoute de l'autre ;
- Renforcer sa capacité d'empathie ;
- Mettre en œuvre des stratégies de prévention et de résolution des conflits ;
- Instaurer un dialogue de qualité et favoriser la coopération.

RÉUSSIR SES INTERVENTIONS PUBLIQUES : les bases



Un atelier pratique et ludique d'initiation sur une journée pour acquérir les bases de la prise de parole en public. Un must pour tout manager !

Objectifs et bénéfices

- Apprivoiser sa voix, sa respiration, le micro et l'auditoire ;
- Maîtriser l'émotion et lâcher-prise, apprendre à jouer ;
- Structurer et préparer son message ;
- Aborder quelques notions pratiques de la communication verbale et non-verbale et du story-telling ;
- Oser, se lancer, prendre plaisir à s'exprimer.

L'ART DE PARLER EN PUBLIC ET CHARISME :

approfondir les bases ou comment s'exprimer pour que le public soit motivé à écouter



Lorsque **l'art d'improviser** s'associe à **l'art de présenter**, les interventions ne laissent personne indifférent. Exprimer un message avec de l'IMPACT s'apprend. A combien de présentations ennuyeuses avez-vous déjà participé ? Plus de huit présentations sur dix manquent leur cible. Cet atelier de deux jours apprend à booster les présentations et les discours, grâce notamment à la pratique d'exercices de théâtre et la mise en situation.

Objectifs et bénéfices

- Développer son charisme et son aisance corporelle ;
- Développer sa fluidité verbale et sa capacité à improviser ;
- Apprendre à faire face aux imprévus, accueillir les objections ;
- Gérer ses émotions dans l'instant ;
- Susciter l'intérêt, répondre aux questions, jouer avec le silence ;
- Renforcer la connaissance de soi (connaître ses forces et ses axes d'améliorations) ;
- Toucher et éveiller le public par des présentations hors pair.

PARCOURS ÉVOLUTION PERSONNELLE ET EFFICACITÉ PROFESSIONNELLE



Un parcours de 3 x trois jours en résidentiel s'appuyant sur une pédagogie active et de l'expérientiel, permettant à chaque collaborateur de progressivement révéler le meilleur de soi, pour devenir au sein de l'entreprise, une ressource humaine, créatrice de valeur ajoutée et de performance durable.

MODULE 1 « LUCIDITÉ » : améliorer la qualité de relation à soi pour être plus efficace

Objectifs et bénéfices

- Prendre du recul, apprendre à se poser ;
- Comprendre la nécessité d'être clair avec soi-même ;
- Apprendre à se comprendre, s'accepter ;
- Développer discernement et lucidité par rapport à soi, découvrir des lieux de clarification et des potentiels en soi-même ;
- Dépasser les comportements rigides, sources de mésentente et d'inefficacité dans une équipe de travail ;
- Apprendre à gérer ses émotions et s'en servir comme levier d'action vers du mieux « savoir être » ;
- Développer et favoriser l'estime de soi et la confiance en soi, face au regard des autres ;
- Acquérir des outils/techniques pour une meilleure gestion du stress et de ses émotions au quotidien.

- Module 2 « Authenticité » : favoriser et optimiser la coopération
- Module 3 « Efficience et sérénité » : améliorer la dynamique systémique

MODULE 2 « AUTHENTICITÉ » : améliorer la qualité de relation à l'autre pour favoriser et optimiser la coopération

3j

Objectifs et bénéfices

- Approfondir la connaissance de soi et conscientiser les ressorts inconscients de la relation ;
- Comprendre que la qualité de relation à l'autre dépend de la qualité de relation à soi ;
- Développer la capacité à être pleinement soi ;
- S'appuyer sur ses compétences émotionnelles, gagner en maturité relationnelle, pour optimiser sa communication ;
- Développer son empathie pour désamorcer des situations de stress ou de conflit, et mieux interagir avec l'autre ;
- Être capable de s'exprimer et de s'affirmer avec justesse tout en restant à l'écoute de l'autre ;
- Accroître et renforcer les relations de coopération.

MODULE 3 « EFFICIENCE ET SÉRÉNITÉ » : améliorer la qualité de relation aux autres et au système pour être plus efficace et agir avec sérénité en toutes circonstances

3j

Objectifs et bénéfices

- Approfondir la connaissance et la pratique des compétences émotionnelles dans la relation à soi et aux autres ;
- Trouver la voie de son propre accomplissement au sein d'un groupe ;
- Développer sa capacité à être une force de proposition ;
- Agir avec plus d'autonomie et de responsabilité ;
- Être capable de décider, de s'engager, de poser l'action juste face à un collectif ;
- Développer sa conscience au service de l'intérêt collectif ;
- Savoir prendre en compte et s'appuyer sur les lois de la systémie.

DYNAMISER SA CARRIÈRE, RÉUSSIR SES PROJETS, DEVENIR RESPONSABLE DE SON DÉVELOPPEMENT

2j



Un atelier de deux jours pour « se réinventer » et redonner du tonus à sa carrière. Cet atelier est particulièrement destiné aux personnes en transition vers un nouveau métier ou de nouvelles responsabilités, en mobilité interne ou externe.



Objectifs et bénéfices

- Faire le bilan de sa carrière professionnelle ;
- Evaluer ses forces et axes d'amélioration ;
- Disposer d'une assistance méthodologique et d'un soutien pertinent ;
- Structurer la vision en créant un business model personnel ;
- Développer sa capacité à « se vendre » (posture, réseau) et promouvoir sa marque personnelle (personal branding) ;
- Augmenter sa mobilité et réussir sa transition.

L'équipe COHERENCE est impliquée dans le développement de la méthode Business Model You. L'un de nos animateurs est Master Class-Certified Business Model You® Practitioner et est aussi co-auteur contributeur du prochain ouvrage du Dr Tim Clark, la suite du Best-Seller "Business Model You" (sortie prévue mi-2017).

MOBILITÉ INTERNE : Découvrez également (sur simple demande) notre offre **RSCE** (Réflexion Stratégique Carrière & Employabilité) à destination des personnes invitées à plus de mobilité interne. Ce service permet de concevoir et mettre en oeuvre son projet professionnel et libérer son potentiel.

OUTPLACEMENT RESPONSABLE

Nous proposons également un accompagnement individuel innovant en cas de mobilité externe (renseignements sur demande).

DEVENIR INTRAPRENEUR :

buts, priorités et productivité



Cet atelier réparti sur trois journées pose les bases de l'intrapreneuriat, distille l'esprit nécessaire pour apprendre à entreprendre, innover, créer et aide les participants à construire un premier projet d'intrapreneuriat. L'intrapreneurship contribue à la croissance de l'entreprise et permet de déployer une force d'innovation qui ne demande qu'à se manifester. Prêt pour bousculer les habitudes ?

Objectifs et bénéfices

- Comprendre l'esprit entrepreneurial ;
- Se positionner correctement : Intrapreneur vs entrepreneur ;
- Entrer dans la peau d'un intrapreneur : les habitudes du succès ;
- Développer une approche « solutions, buts et valeurs » ;
- Développer une cartographie des parties prenantes et de ses zones d'influence ;
- Devenir ultra-productif : discipline sélective et priorités ;
- Savoir utiliser le business Model des projets et des équipes ;
- Communiquer et rendre visible ses projets et objectifs, apprendre à « pitcher » ;
- Pratique : Développer et suivre un projet dans un mode intrapreneurship.

Un travail inter-session est proposé entre chaque journée pour permettre aux participants une mise en pratique immédiate.

RÉFLEXION STRATÉGIQUE CARRIÈRE ET EMPLOYABILITÉ (RSCE) :

un accompagnement responsable intensif pour booster la mobilité interne



Cet atelier-coaching (trois jours suivis de séances de coaching) est un véritable accélérateur de changement. Il permet aux participants de concevoir et mettre en oeuvre leur projet professionnel tout en libérant leur potentiel, notamment par la création d'un plan stratégique personnel. Il s'adresse à tous ceux qui souhaitent donner à leur carrière un nouvel élan et qui décident d'être les acteurs principaux de leur propre changement.

Objectifs et bénéfices

- Bénéficier d'un accompagnement de haut niveau, humaniste, responsable, engageant et aidant à la transformation ;
- Faire le bilan de sa carrière professionnelle, qui je suis, où j'en suis ;
- Evaluer ses forces et axes d'amélioration, ses objectifs et sa vision ;
- Créer un business model personnel ;
- Cultiver une attitude responsable, orientée « solution » ;
- Développer sa capacité à « se vendre » (posture, réseau) et promouvoir sa marque personnelle (personal branding) ;
- Augmenter sa mobilité et son employabilité.

LEADERSHIP, BURN-OUT ET BIEN-ÊTRE : les clés d'un management sain



Un atelier d'une journée (disponible aussi au format deux jours) pour renforcer son leadership et intégrer quelques aspects des recherches récentes en neurosciences et psychologie positive. Cet atelier vise également à éviter les comportements toxiques involontaires et à devenir un promoteur du bien-être tout en stimulant la performance.

Objectifs et bénéfices

- Se libérer du stress et des tensions et apprendre à percevoir les signaux du burn-out (pour soi-même et les autres) ;
- Mieux gérer la pression professionnelle pour gagner en efficacité, plaisir et énergie ;
- Gagner en lucidité sur soi-même, développer son discernement pour agir de façon responsable ;
- Comprendre la force de l'écoute dans la relation ;
- Créer les conditions de la motivation et de l'engagement. promouvoir un climat professionnel de confiance, favorisant le bien-être et la performance ;
- Améliorer la conduite des femmes et des hommes en environnement complexe et stressant.

STRESS, DÉTRESSE ET SIGNES DE BURN-OUT : les solutions des leaders éclairés



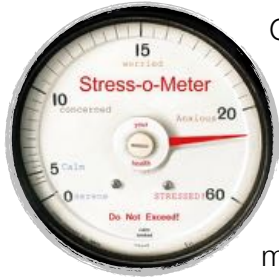
Bon stress, mauvais stress, fatigue, désengagement, ou sur-engagement, burn-out... Dans cet atelier d'une journée, les managers apprennent à devenir attentifs aux signaux faibles annonciateurs de détresse, voire de burn-out. Le stress peut motiver mais il use tout autant. Dans un contexte d'incertitude et de changement accéléré, comprendre le stress et ses multiples facettes pour mieux le prévenir est un atout essentiel. Le manager du 21ème siècle est également un acteur majeur dans la création d'un environnement favorable au bien-être et à l'épanouissement.

Objectifs et bénéfices

- Comprendre la physiologie du stress ;
- Reconnaître les symptômes physiques, émotionnels, relationnels et intellectuels (chez soi-même et les autres) ;
- Devenir attentif aux signaux faibles, les détecter et les comprendre ;
- Repérer les signes annonciateurs de burn-out ;
- Prévenir le stress, éviter de propager son propre stress ;
- Clarté, autorité, responsabilité : détecter où sa posture managériale peut générer du stress ;
- Evacuer le stress inutile : action, relaxation, respiration, méditation... acquérir des outils simples et efficaces, apprendre à lâcher-prise ;
- Apprendre à créer des environnements où le bien-être prévaut.

ATELIERS DE GESTION DU STRESS

(8 séances de 1h30)



Cet atelier est décliné en mode hebdomadaire, huit séances d'une heure trente, étalées sur deux mois environ, pour permettre un travail en profondeur (un travail est proposé entre chaque session). Cette formule est particulièrement destinée aux personnes souffrant de stress, désireuses de mettre en pratique des méthodes pour s'en libérer.

L'atelier inclut une initiation à la méditation.

Objectifs et bénéfices

- Gagner en sérénité, vivre plus en harmonie ;
- Retrouver le tonus et l'énergie nécessaire ;
- Apprendre à gérer son stress (préventif et curatif) ;
- Trouver les solutions par soi-même ;
- Améliorer l'efficacité, les relations et l'ambiance de travail ;
- Développer un sentiment de maîtrise ;
- Renforcer la confiance en soi ;
- Développer la connaissance de soi et la prise de recul.

DEVENIR CORRESPONDANT BIEN-ÊTRE :

être acteur d'une culture du bien-être



Devenir et rester une entreprise « où il fait bon travailler » s'appuie, entre autres, sur une politique engagée de bien-être au travail. Aujourd'hui, de plus en plus d'entreprises ont compris l'importance d'une culture active de la performance et du bien-être.

Devenir un acteur de cette culture est un rôle valorisant et enthousiasmant. Cette formation de quatre jours (un jour par mois pendant quatre mois) va permettre aux participants d'acquérir les bases essentielles pour devenir un promoteur-contributeur du bien-être et du bonheur au travail.

Objectifs et bénéfices

- Comprendre les 4 dimensions du bien-être au travail ;
- Devenir un acteur du bien-être, pas un sauveur ;
- Apprendre à voir au-delà : le bien-être n'est pas (toujours) une fin en soi ;
- Comprendre la place des relations dans les dynamiques humaines ;
- Construire une politique de bien-être au travail et repérer les éléments qui font la différence ;
- Apprendre à communiquer et organiser des événements « bien-être » ;
- Développer une culture de l'agilité et de la bienveillance ;
- Être un acteur responsable du système ;
- Au niveau pédagogique : mise en place d'un projet concret avec suivi mensuel.



ENTHUSIASTEAM :

réinventer le team building pour une cohésion durable

Renforcer les relations, booster les équipes, développer l'intelligence collective, améliorer l'esprit de collaboration, renforcer la connaissance des valeurs de l'entreprise, stimuler l'agilité, prendre conscience de sa place dans la chaîne de valeurs de l'organisation, apprendre à voir ce qui va bien (plutôt que ce qui va mal), ... autant de sujets abordés dans une journée passionnante, ludique et transformante qui reste dans les mémoires. Les activités, accessibles à tous, alternent entre jeu ou travail en sous-groupes de 8 à 12 personnes et des moments en plénière.

Objectifs et bénéfices

- Permettre à chacun de développer une posture de coopération et d'agilité au service de la performance collective ;
- Développer les complémentarités ;
- (Re)donner du sens à son travail ;
- Dynamiser l'état d'esprit ;
- Améliorer les liens et l'intelligence relationnelle du groupe ;
- Apprendre en s'amusant !

Animation jusqu'à 50 personnes.

Souder les équipes
Oser ensemble
Créer du lien

AUTRES

SERVICES

COHERENCE

CONSCIOUS HUMAN
CULTURE  PERFORMANCE



CONFÉRENCES

Parmi nos derniers thèmes abordés :

- 👤 LEADERSHIP 3.0 et agilité : un management vivant, libéré des modèles !
- 👤 Se dépasser : Comment ne plus être son propre obstacle ;
- 👤 Reconnaissance au travail : anti-stress naturel et enzyme de la performance.

Dans toutes nos conférences, nous veillons à :

- transmettre avant tout un vécu, ce qui rend nos interventions vivantes, illustrées d'exemples et de cas concrets ;
- y glisser quelques touches d'humour et des images ;
- créer des associations d'idées innovantes ou décalées ;
- limiter la théorie au strict minimum ;
- inviter au questionnement.



COACHING et même EQUI-COACHING

Le coaching permet de répondre de façon chirurgicale et pertinente là où d'autres interventions s'avèrent insatisfaisantes. Apprendre à quitter le cadre de référence habituel, se poser des questions parfois déroutantes ou décalées, découvrir comment chercher ses propres solutions sans se freiner soi-même, ou simplement prendre du recul ... le travail avec un coach est étonnamment efficace.

Outre les ateliers traditionnels de coaching, nous proposons l'équi-coaching. Véritable expert en communication non verbale, le cheval s'avère être un médiateur très efficace, qui renvoie instantanément le mode relationnel dans lequel nous évoluons. Il permet ainsi des prises de conscience rapides s'appuyant sur un vécu concret, permettant une transformation quasi immédiate dans le « vivant ».

Objectifs et bénéfices

- Améliorer ses performances, son leadership et/ou son charisme ;
- Retrouver un équilibre harmonieux entre vie professionnelle et vie privée, être plus en cohérence avec soi-même ;
- Renforcer la confiance et l'estime de soi, se libérer des émotions perturbatrices ;
- Dessiner de nouveaux horizons et sortir des échecs récurrents ;
- Communiquer avec force et bienveillance et se (re)connecter à sa force intérieure ;
- Se libérer du stress, de phobie, du trac, oser dire.

DES INTERVENANTS

experts, passionnés et enthousiastes
congruents, multi-disciplinaires
pragmatiques, pédagogues et orientés solutions

... qui ne vous laisseront pas indifférents

BELGIQUE



Sylvie Timmers, plus de 25 ans d'expérience et coach certifiée (PCC) se consacre pleinement aux relations humaines. Ses principaux domaines d'intervention sont le coaching, la formation, l'outplacement et le conseil en leadership pour améliorer la performance des organisations, équipes et dirigeants, et permettre aux personnes de découvrir et utiliser leur plein potentiel.

FRANCE



Corinne Diebold a plus de 25 ans d'expérience dont plusieurs années en tant que cadre dirigeant, dans le commerce et les ressources humaines. Passionnée par l'humain, elle se consacre à l'optimisation du potentiel humain. Elle est coach (de vie et sportif), conceptrice de formations et formatrice. Enseignante d'équitation et s'appuyant sur le cheval comme médiateur, elle développe également des ateliers en équi-training (coaching et formation). Son discernement dans l'appréhension des situations relationnelles, son sens développé du pragmatisme et de la convivialité, contribuent à amener chacun vers plus d'efficacité.



Alexia Dorczynski est ingénieure au service de grands industriels européens. Sa curiosité et son engagement lui permettent de mener aisément ses projets à bien. Bien ancrée dans la génération Y, elle n'hésite pas à remettre en question l'ordre établi lorsque cela s'avère nécessaire, s'inscrivant dans la lignée des métiers du futur tels que « Corporate Disorganizer ». Elle pratique aussi le chant et la musique et se produit sur scène. Sa jeune expérience, son authenticité et son regard décalé sont une aide précieuse pour réinventer le travail, sans laisser indifférent.

LUXEMBOURG



Brigitte Annet a plus de 20 ans d'expérience dans le secteur des Assurances où elle a exercé différentes fonctions de direction au sein de multinationales européennes et d'un Groupe privé luxembourgeois. Elle est coach certifiée, formatrice et animatrice et promeut le développement humain au service de la performance relationnelle et collective. Sa compréhension de la nature humaine et des organisations, sa sensibilité, son enthousiasme permettent un travail dynamique et personnalisé apprécié.



Frédéric Theismann a plus de 25 ans d'expérience dans l'informatique, la finance et les ressources humaines. Il est coach, concepteur de formations, formateur et promeut l'écologie humaine et l'intelligence relationnelle au service de la performance. Il intervient également en centre pénitentiaire. Il est aussi l'auteur de différents livres et articles. Sa compréhension de la nature humaine, son sens de l'observation et son humour permettent un travail en profondeur, apprécié et reconnu.



Jacques Bouvy a plus de 25 années d'expérience dans le monde financier. Il a occupé des fonctions de direction dans les domaines Informatique, ressources humaines et marketing. Il est un amateur de théâtre qu'il pratique régulièrement en tant que comédien. Grâce à sa riche expérience, son sens de l'humour et son dynamisme, ses interventions, illustrées avec pertinence, sont très appréciées.



Fiora Theismann est architecte d'intérieur, formée en Angleterre. Après une première expérience professionnelle, elle complète son apprentissage par un voyage en solo d'un an et demi autour du monde l'amenant jusqu'en Australie où elle débute une activité de coaching et de formation. Elle anime régulièrement des formations pour adultes et enfants, notamment en langues. En parallèle elle intervient dans la conception et le design de produits de bien-être.

OÙ NOUS TROUVER ?

Un peu partout ! Luxembourg, Metz, Toulouse, Paris, Bruxelles, ... Mais le plus souvent à Eischen, Grand-Duché de Luxembourg.

SIÈGE COHERENCE EUROPE

Rue de l'Ecole, 15 à Eischen, Luxembourg

CONTACTS LUXEMBOURG

Brigitte Annet brigitte@coherence.life
LU +352 691 219 877 BE +32 477 91 09 45

Frédéric Theismann frederic@coherence.life
LU +352 691 8000 68

Jacques Bouvy jacques@coherence.life
LU +352 671 200 400

Fiora Theismann fiora@coherence.life
LU +352 691 436 609

CONTACTS BELGIQUE

Sylvie Timmers
Business and Soul Bruxelles
sylvie@coherence.life
BE +32 475 33 08 36

CONTACTS FRANCE

Corinne Diebold
Essentiel Equilibre Toulouse
corinne@coherence.life
FR +33 6 10 63 41 52

Alexia Dorczynski
alexia@coherence.life
FR +33 6 79 31 47 89

Contact commercial : hello@coherence.life
www.coherence.life