

# COMPRENDRE, SIMPLIFIER, AVANCER

Savoir où aller est une chose, Oser y aller en est une autre



## QUAND

Quand quelque chose en vous demande du changement.

Quand vous ressentez le besoin de faire une pause, de retrouver du sens ou simplement de souffler. Le bon moment pour commencer ? C'est quand vous décidez de vous mettre en priorité.



## COMMENT

On pense parfois : "Je vais voir un coach, et tout sera réglé."

Ou encore : "Le coach va trouver la solution pour moi."

C'est compréhensible... mais ce n'est pas comme ça que ça fonctionne.

Pas forcément agréable à entendre – mais c'est la vérité.

Alors pourquoi le coaching ? Parce que c'est vous qui vous mettez en mouvement. Et c'est justement là que tout change. C'est en explorant, en choisissant, en agissant que la transformation s'installe vraiment. Et moi, en tant que coach, que fais-je ?

Je pose des questions qui bousculent, j'écoute sans jugement, je vais plus loin quand ça coince.

Je propose des exercices, des mises en pratique, des points de passage pour structurer votre évolution. Je ne suis pas là pour faire les choses à votre place, mais pour vous aider à y voir clair, et à trouver le courage d'y aller.



## POUR QUI

Pour les curieux, les ambitieux, les sensibles, les épuisés, les leaders.

Pour celles et ceux qui veulent comprendre ce qui se passe en eux, autour d'eux, et faire un pas de plus. Le coaching, c'est pour vous – si vous sentez que c'est le bon moment.

La première séance est offerte, sans engagement.

En 30 à 60 minutes, on prend le temps de faire connaissance, d'échanger librement, et de voir si l'accompagnement vous convient.