



Séminaire

“Se découvrir autrement”
avec l'intelligence émotionnelle

Hélène Joly
Coach certifiée
Formatrice



Hélène Joly
Coach certifiée et formatrice

Séminaires

L'intelligence émotionnelle

Fresques - Ateliers -  changes - Communication



Objectifs

1

 veiller la conscience de soi

Guidez vos collaborateurs vers une meilleure compréhension de leurs forces, de leurs talents, valeurs et aspirations profondes.

2

Stimuler l'intelligence collective

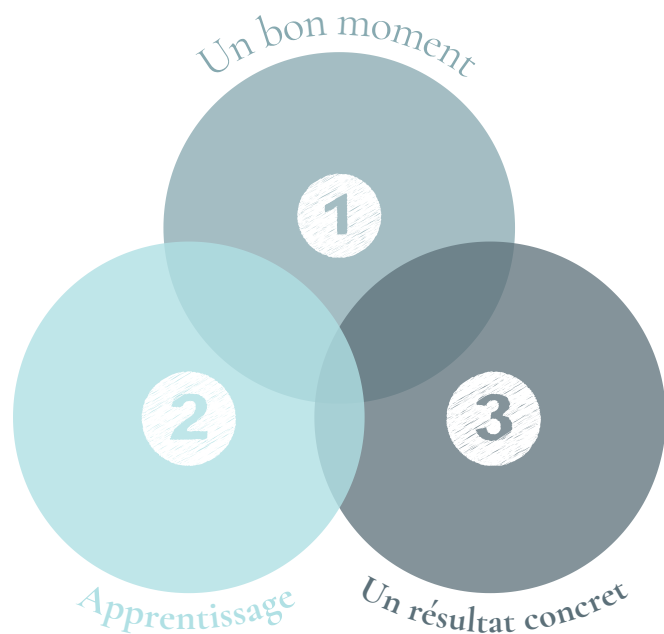
Cultivez la reconnaissance mutuelle des compétences de chacun pour transformer la diversité en une synergie créative capable de relever les défis de votre entreprise.

3

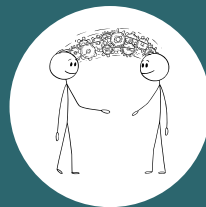
Cultiver l'authenticité

Développez une communication efficace et authentique, en comprenant comment votre comportement influence la dynamique d'équipe et la réalisation des objectifs communs

Objectif global



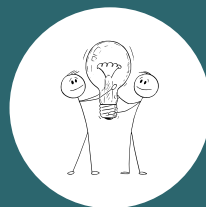
Ce que les participants emporteront avec eux



Un sentiment positif d'avoir *passé un bon moment*.



Des notions concrètes apprises qu'ils pourront mettre en application dans *leur vie professionnelle et personnelle*.



Un sentiment d'appartenance renforcé : *cohésion d'équipe et engagement*.

Formules

UNE JOURNÉE

Du Moi au nous :
Cultivez l'intelligence
émotionnelle de votre équipe.

**Personnalisation de la thématique et
du lieu en fonction de vos objectifs*

PARCOURS PROGRESSIF 3 JOURS

J1

"Synergie Professionnelle :
Construire les Fondations d'une Équipe
Performante"

J2

"Alignement et Engagement :
Votre Rôle Clé dans le Succès de
l'Entreprise"

J3

"Innovation et Créativité :
Libérez le Potentiel de vos Talents pour
Transformer l'Entreprise"

Activités au choix

Option



Détente
Yoga, Respiration



Artistique
Fresque



Sportif
*Challenge,
extérieur*

Programme

Matin



Introduction de la journée
(Se présenter autrement, input
théorique de la journée)

Mise en énergie
(Atelier actif *option)

Atelier interactif
(Discussions, Exercices, Réflexions
autour des talents, la conscience
de soi, et la motivation)

Après-midi

Focus thématique
(Communication, Assertivité,
Maîtrise de soi)

Atelier interactif
(Discussions, Exercices,
Réflexions)

Clôture de l'événement
(Prise de recul et réflexions sur
les apprentissages)



Serenita

C'EST VOTRE MOMENT!

Contactez-nous

16 mail Anne Catherine, 35000 Rennes

serenitacoaching@gmail.com

www.serenita-coaching.fr

Tel : 06 34 03 93 46