

# DES ATELIERS UNIQUES !

Leadership  
Communication  
Ludique  
Émotions  
Sérénité  
Charge Mentale  
Mobiliser  
Cohésion

*Nos ateliers offrent aux cadres, dirigeants une parenthèse stratégique pour se recentrer, retrouver leur énergie et optimiser leur posture professionnelle.*

*En groupe, à travers des exercices ludiques et engageants, les participants prennent du recul, gagnent en clarté et repartent avec des outils concrets pour renforcer leur efficacité et celle de leurs équipes.*



*Alexandra & Camille*

*Alliance Unique de Coaching et d'Hypnose*

Scannez-moi pour en savoir plus !



[www.alexandraetcamille.com](http://www.alexandraetcamille.com)  
[aurora@alexandraetcamille.com](mailto:aurora@alexandraetcamille.com)



## DÉCISIONS ÉCLAIRÉES, IMPACT ASSURÉ

Affiner les capacités décisionnelles sous pression et apprendre à inspirer des choix stratégiques qui mobilisent les équipes

## LEADERSHIP À HAUTE INTENSITÉ

Développer une meilleure connaissance de soi-même pour incarner un leadership authentique et inspirant

## LIBÉRER LA PRESSION, BOOSTER L'ÉNERGIE

Relâcher les tensions émotionnelles, évacuer le stress accumulé et retrouver un équilibre essentiel à la performance et au bien-être

## S'ÉPANOUIR DANS LE CHANGEMENT

Développer résilience et adaptabilité pour naviguer dans le changement, rester motivé et guider efficacement les équipes face aux défis

## LA CLÉ DE LA COHÉSION

Explorer les clés d'une communication positive et non violente pour renforcer la cohésion, résoudre les tensions et stimuler la performance collective

## ATELIER SUR MESURE

Vous choisissez le thème, les objectifs, et nous créons une expérience qui répond parfaitement à vos besoins



## Pourquoi choisir nos ateliers?

- Une approche humaine et pragmatique spécialement conçue pour répondre aux enjeux et défis uniques des postes de direction
- Résultats mesurables : les participants repartent avec des outils concrets qu'ils peuvent appliquer immédiatement
- Ateliers sur mesure en fonction du nombre de participants, de la durée et des objectifs définis ensemble
- Une méthode unique alliant COACHING et HYPNOSE pour offrir une approche complète et durable