



Edito

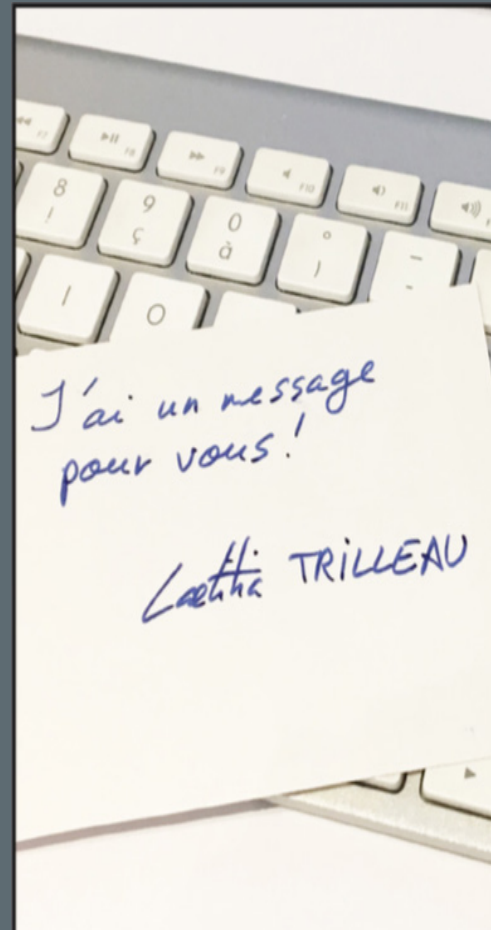
Et si nous osions développer plus de conscience dans l'entreprise ?

Une conscience de l'être, de sa nature et de l'environnement. Cela serait-il une idée si étrange ?

En ramenant l'humain au centre, une nouvelle dynamique est possible : celle de la valorisation des forces vives. Loin d'être une utopie, elle est une condition incontournable pour stabiliser et pérenniser mieux-être et harmonie au sein des organisations.

Ainsi, il devient possible de révéler l'excellence dissimulée dans les potentiels de chacun. Certaines ressources précieuses demeurent endormies et cachées dans l'humain. Or, elles ne peuvent être mises en lumière que par un collectif bienveillant et des conditions favorables.

Construisons ensemble la société nouvelle, soucieuse de favoriser l'épanouissement de chacun; unique moyen d'accroître durablement des performances saines et de stabiliser un mieux-être partagé pour une meilleure ambiance partagée au bénéfice du collectif.







S'ouvrir au mieux-être ensemble

Dans un monde qui évolue constamment et qui vit actuellement d'importantes transitions, la donne et les codes ont changés.

Les prises de conscience collectives et individuelles sont nombreuses et nous poussent à évoluer en créant une société nouvelle plus écologique pour l'environnement, les différentes formes de vie, mais aussi pour l'humain dans le respect de sa nature véritable et de son tempo.

Les leaders et les acteurs clés de demain seront celles et ceux qui auront su se réinventer en devenant plus innovants, plus inspirés, davantage alignés à leur originalité en toute authenticité.

Dans ce contexte, un nombre grandissant d'entreprises et de personnes prend conscience qu'il est essentiel d'inviter le bien-être à prendre place et d'installer un mieux-être durable au sein des organisations et au travers des relations interpersonnelles avec leurs fournisseurs, partenaires et clients. Cette façon d'agir et de mettre en oeuvre est un riche vecteur d'harmonie et de fluidité lorsqu'elle est partagée.

La prise de conscience massive de l'interconnexion et des lois qui régissent l'univers offrent de magnifiques opportunités d'évolution à qui ose manifester son originalité unique avec créativité et partager la vision et les valeurs d'un haut idéal.



C'est en remettant l'Humain au cœur de l'entreprise que celle-ci pourra aspirer à une performance saine, bénéfique et durable.

Dans un monde en perpétuel changement, l'entreprise, ses dirigeants, les forces vives qui la composent et la font vivre sont confrontés à des défis nombreux et toujours nouveaux.

La vie de l'entreprise est intimement liée à la sincérité et à la qualité des relations humaines qui la définissent.

L'Intelligence Collective et la cohésion d'équipe ne peuvent exister que si chacun trouve sa propre harmonie.

La prise de conscience, la confiance en soi, l'accueil éclairé des émotions permettent de construire ensemble l'entreprise d'aujourd'hui en alliant les performances individuelles et collectives.

Dans l'entreprise, à l'instar d'un orchestre, chacun joue de son instrument en fonction des caractéristiques et des possibilités que celui-ci offre. En jouant, il émet sa musique personnelle et collabore à la création de la symphonie du groupe. Or, pour arriver à ce résultat, le chef d'orchestre est un élément clé.

Dirigeants, managers, cadres, chefs d'équipe, la justesse du coeur avec laquelle vous gérer votre/vos équipe(s) est essentielle.

En effet, c'est la tête pensante qui donne le /a à chaque cellule qui compose le corps qu'elle régit. Chacune met en oeuvre, au quotidien, les actions nécessaires pour assurer ses fonctions au bénéfice de l'organe auquel elle appartient. Organe qui lui-même contribue à la bonne santé de l'ensemble du corps. Chaque collectif fonctionne ainsi, à l'instar d'un corps humain.

Chaque individu a donc un impact sur l'ensemble du groupe.

Offrir un accompagnement à une ou plusieurs personne(s) d'une équipe, aura un impact sur l'ensemble du collectif pour le bénéfice de tous et de chacun.





Accompagnement individuel

L'approche proposée est holistique et systémique pour offrir des accompagnements 100% sur-mesure, bienveillants et respectueux des spécificités de chacun dans son unicité.

A chaque rendez-vous, s'ouvre un nouvel espace dédié à l'accompagnement. J'apporte écoute, présence, authenticité, conscience et justesse. Dans ses conditions, l'être peut-être accueilli pleinement comme il est ainsi que ce qu'il vit extérieurement et dans son intériorité à l'instant présent.

Tout au long de cette rencontre, je m'adapte constamment à la personne accompagnée pour être en phase avec elle et faire résonance à ce qui est présent en elle.

Ensemble, nous co-créeons le cheminement que nous empruntons ensemble.

Chaque accompagnement individuel peut se dérouler en cabinet, en entreprise, à l'extérieur ou à distance. Les échanges sont confidentiels.

Le nombre et la fréquence des rendez-vous sont co-déterminés au cas par cas.





Accompagnement collectif

Un collectif, qu'il s'agisse d'une entreprise, d'une équipe, d'une famille, etc... est toujours une entité unique. Elle a son originalité propre et non duplicable.

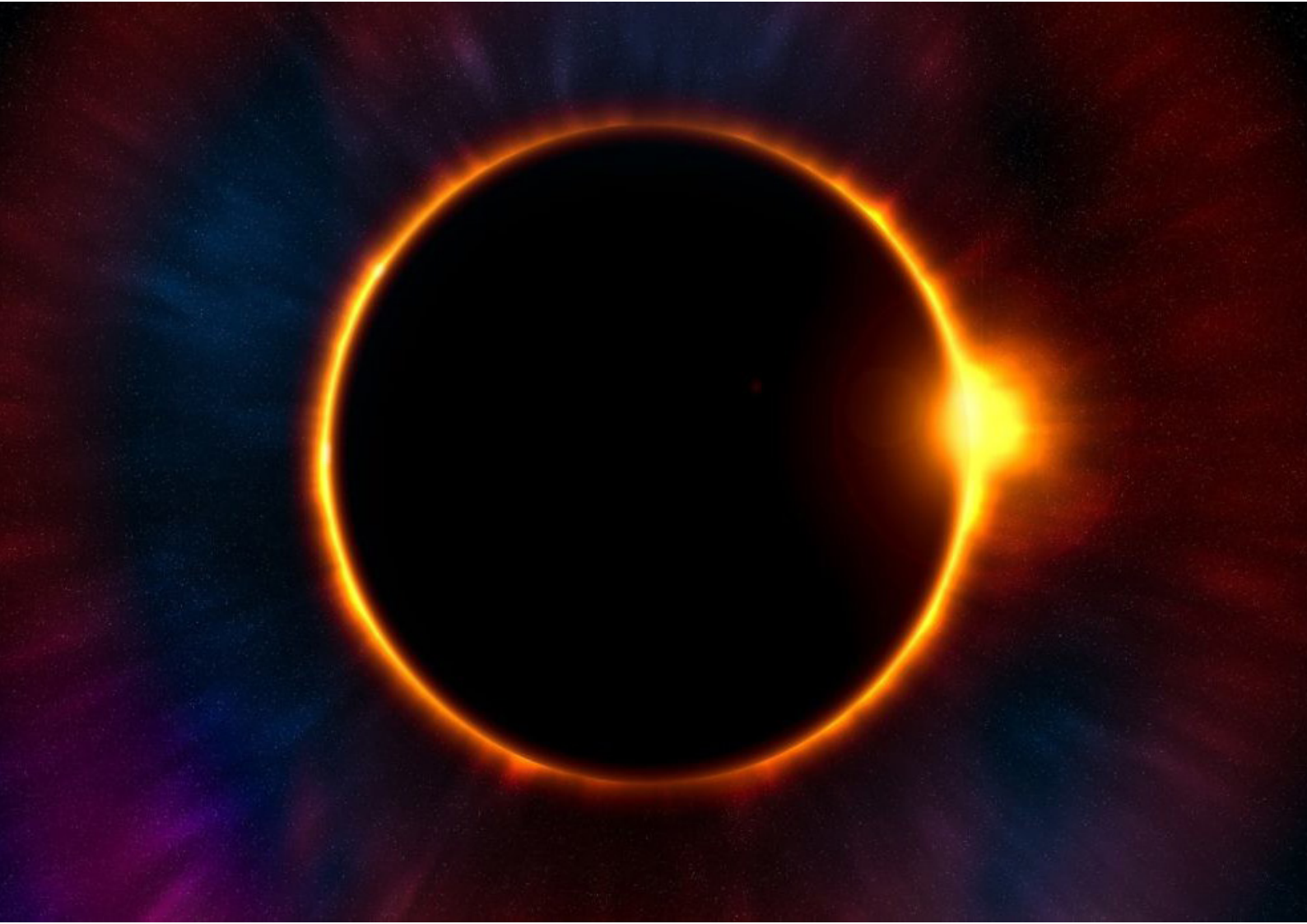
Avant même de vouloir mettre en oeuvre des changements, ou vouloir tendre vers un objectif, il est essentiel de porter un regard à son mode de fonctionnement actuel.

Comment est-ce que ce collectif communique ?
Quelles sont ses valeurs, ses règles officielles et implicites ?
Quel est son degré de cohésion et d'harmonie...?

La rencontre et l'intention exprimée sont des éléments essentiels qui donneront le ton et la couleur aux propositions et potentiels qu'il sera possible de co-créer ensemble.

Ensuite, il s'agit de voyager à travers un cheminement dont la forme et le fond seront uniques et originaux.

Ce type d'accompagnement ne peut s'appréhender qu'après un premier échange.



Méditation vibratoire de groupe

Les séances de méditation vibratoire sont un moment de bien-être, de reconnexion à Soi et à la Source de Vie qui mènent au mieux-être.

Chacun accède, dans son intériorité, à une oasis de ressourcement en résonnance avec les énergies et vibrations du moment et ainsi s'ouvre à l'immensité de l'infini. Cet espace méditatif est un moment privilégié en dehors de l'espace et du temps, dans l'Instant Présent Véritable.

Accompagnée de Meta Music®, chaque séance est unique et offre un voyage vibratoire d'environ une heure qui se prolonge par ses effets bénéfiques dans le quotidien.

La méditation vibratoire est un outil adapté pour tous et chacun: débutant ou confirmé. Chacun reçoit ce qui est bon, juste et utile pour lui dans l'instant présent.

A travers la conscience de la respiration, nous ne faisons rien. Nous sommes. Nos corps s'harmonisent. Nos sens se réveillent pendant que nous nous détendons jusqu'à nous fondre dans la musique.

La méditation pratiquée régulièrement permet d'atteindre une paix et un détachement intérieur bénéfique pour la prise de recul et de hauteur par rapport aux expériences et situations complexes de notre vie, et à notre place dans le monde.







Domaines d'intervention

Que ce soit pour un coup de pouce temporaire ou pour une véritable introspection s'inscrivant dans un engagement durable, voici quelques exemples non-exhaustifs de thèmes d'accompagnement :

Sphère relationnelle

- * Développer notre leadership authentique
- * Révéler notre charisme
- * Mieux communiquer et gérer les relations difficiles
- * Motiver et manager une équipe avec bienveillance et créativité
- * Accompagner le changement et l'innovation

Sphère personnelle

- * S'adapter à un changement de vie (naissance, séparation, maladie, deuil,...)
- * Retrouver/développer la confiance en Soi, les autres, la Vie
- * Mieux se connaître et re-connaître qui nous sommes
- * Donner du sens au quotidien
- * Définir/renouveler notre projet de vie
- * Apprendre à lâcher-prise et calmer son mental
- * Accueillir les émotions et développer l'intelligence émotionnelle
- * Oser être Authentique et incarner notre Originalité
- * Apprendre à ressentir notre état d'être et composer avec notre énergie

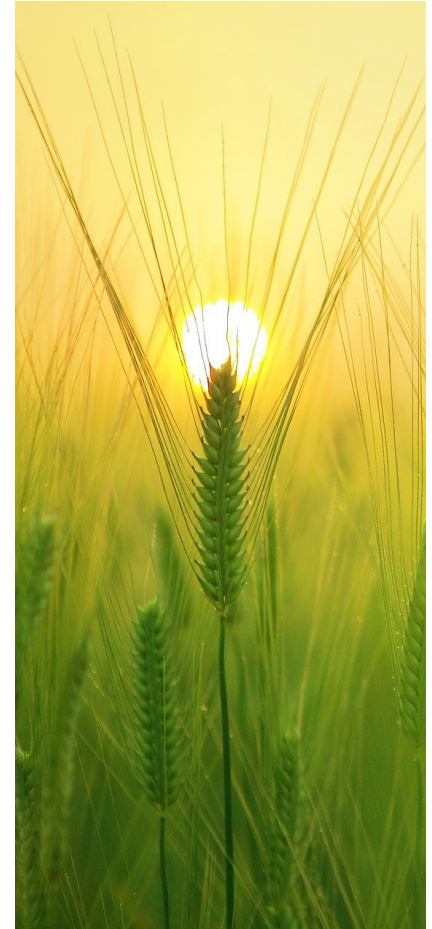
Sphère professionnelle

- * Donner du sens à notre travail et notre fonction
- * Se (re)motiver en identifiant nos motivations profondes
- * Structurer notre temps pour être plus libre et plus performant(e)
- * Transformer le stress en énergie soutenance
- * Savoir oeuvrer en respectant notre tempo et notre rythme
- * Améliorer nos relations professionnelles et mieux gérer les conflits
- * Libérer notre potentiel et (re)découvrir notre originalité
- * (Re)Trouver un équilibre vie personnelle et vie professionnelle
- * Réussir une promotion, mutation, démission, licenciement,... un départ en retraite ou la mise en place d'un temps partiel
- * Préparer/prendre un nouveau départ réussi après un burn-out, une maladie ou une longue période sans activité professionnelle

Sphère innovation

- * Intégrer la créativité et l'inspiration dans l'entreprise
- * Rencontrer notre originalité et reconnaître celle de notre entreprise
- * Faire évoluer la culture d'entreprise pour favoriser le mieux-être et le savoir-être
- * Améliorer l'image et/ou redéfinir l'identité de l'entreprise
- * Optimiser la stratégie d'entreprise en valorisant la place de l'humain, de la Nature et de la Vie

**Donnons-nous les moyens de mettre en oeuvre
un développement sain et harmonieux.**





Je suis Lætitia TRILLEAU.

J'accompagne les êtres et les organisations qui le souhaitent en fonction de leurs intentions.

Diplômée d'un International Bachelor of Sciences au Skema, j'ai mis, pendant plus de 10 ans, mes compétences, savoirs-faire et savoirs-être au service du secteur public territorial puis de plusieurs entreprises privées de tailles et secteurs variées.

J'ai ainsi endossé des postes stratégiques de direction, de marketing et de relations commerciales, sédentaires à l'international puis sur le terrain. Ceci, en développant dans tous les cas, une proximité physique et/ou relationnelle. Cela s'est traduit par une expérience professionnelle et humaine riche et multiple.

Suite à une transition de vie menant à une riche et profonde quête de sens, je suis devenue accompagnante. Il y a plus de 7 ans déjà ! Ceci, après une solide formation complémentaire qui a perduré dans le temps.

Coach professionnelle certifiée depuis 2013, je mets mes compétences au service de l'épanouissement de l'être. Mon approche holistique me permet d'offrir un accompagnement personnalisé qui s'adapte à chacun.





06 15 02 16 98
www.coach-ngo.com

TRILLEAU LAETITIA – laetitia@coach-ngo.com
52 chemin des Bastides – 06130 Grasse – France
APE 86.90F – Siret n°: 490 792 843 00057