

# Méthodes complémentaires

## CO-DÉVELOPPEMENT

### Améliorez la collaboration et la productivité

Approche collaborative qui renforce la performance en favorisant l'échange et la résolution de problèmes en groupe

- Développer les compétences individuelles et renforcer la confiance mutuelle
- Créer un environnement propice à l'innovation et à la réussite collective
- Cultiver une culture d'équipe solide, productive et résiliente

1 problématique traitée par séance

350€ HT la séance de 2H

5 à 8 participants

## ANALYSE COMPORTEMENTALE SERUM

### Utilisez à bon escient les Soft Skills de vos collaborateurs

L'outil d'Analyse Comportementale SERUM étudie le comportement visible et les capacités réactionnelles

#### Pour les managers et recruteurs :

- Recruter le candidat le plus adapté aux exigences du poste à pourvoir
- Connaître les compétences comportementales de vos collaborateurs
- Utiliser les Soft Skills de chacun et mettre en lumière les points de tension possibles entre vos collaborateurs



250€ HT

Test en ligne + Dossier individuel + 1h de restitution

## LIBÉRATION DES EMPREINTES ÉMOTIONNELLES NÉGATIVES CLEEN

### Transformez vos réactions émotionnelles négatives et levez les blocages à votre réussite

- Lever vos blocages, peurs, traumatismes, colère, tristesse et stress
- Libérer votre estime, confiance et affirmation de soi
- Accélérer et améliorer votre niveau de réussite pour atteindre vos objectifs
- Gagner en lâcher-prise et vivre sereinement les imprévus



160€ HT la séance de 1h



# Joey My Coach

— COACHING —  — FORMATION —

## JOEY COULON

Coach professionnelle certifiée

Formatrice

Praticienne co-développement

Evaluation comportementale SERUM

Secouriste en santé mentale

Praticienne PNL

Praticienne CLEEN

Praticienne cohérence cardiaque

Conférencière

Présentiel / Distanciel

Français / Anglais

France entière / Étranger

# FORMATION & COACHING



joemycoach@gmail.com  
www.joemycoach.com

— 06 32 58 80 00 —

Conférences, Séminaires & Team Building :  
Devis sur mesure

SARL Joey My Coach - 5 route de la cavée 14700 Saint Pierre du Bû - Siren 912942976 - RCS Caen

Né pas jeter sur la voie publique.

# Formations

# Coaching



La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'actions de formation.

Transformez votre entreprise en un lieu où la performance et l'épanouissement vont de pair en formant vos collaborateurs aux compétences transverses

**POUR TOUTE DEMANDE DE PROGRAMME SUR MESURE, ME CONTACTER**

- Compétences transverses pour être un bon manager (3 jours)
- Mieux communiquer avec ses collaborateurs (2 jours)
- Gestion du temps, organisation, réunions, (2 jours)
- Gagner en confiance en soi (2 jours)
- Leadership (2 jours)
- Intégrer l'intergénérationnel dans ses équipes (1 jour)
- Gestion du stress et lâcher prise (1 jour)
- Gestion des conflits (1 jour)
- Prise de parole en public (1 jour)

En présentiel ou en distanciel

**250€ HT par personne & par jour**

3 personnes minimum – 15 maximum  
Finançable via votre OPCO

Merci de préciser toute situation de handicap afin de mettre tout en oeuvre pour le bon déroulement des formations et l'accueil des participants.  
  
Aucun prérequis n'est nécessaire.

Débarassez-vous de vos freins et atteignez plus facilement vos objectifs

**EN INDIVIDUEL, LE COACHING VOUS AIDE EN TERMES DE :**

- Assurance managériale et leadership
- Confiance en soi
- Levée des freins personnels
- Gestion du stress
- Épanouissement professionnel
- Atteinte d'objectifs de performance
- Amélioration en communication relationnelle
- Développement de projet
- Créativité

**160€ HT la séance de 1h**

Coaching individuel

**EN COLLECTIF, LE COACHING EST BÉNÉFIQUE EN TERMES DE :**

**CRISE**

- Situation complexe
- Gestion de Conflits
- Turn-over
- Burn-out

**CHANGEMENT**

- Prise de décision
- Créativité
- Réactivité
- Engagement

**PERFORMANCE**

- Atteinte d'objectifs
- Prise de parole
- Fédère l'équipe
- Encourage l'autonomie

**COHESION**

- Marque employeur
- Team building
- Inclusion
- Intergénération



Le **COACHING** est un accompagnement au changement qui a pour but de révéler vos atouts, vous aider à prendre conscience de vos potentialités et atteindre l'objectif que vous vous êtes fixé.

Il vous permet de regarder une situation sous un autre angle et d'envisager d'autres solutions.



**350€ HT la séance de 2h**

Coaching d'équipe  
8 personnes maximum

\* Pour obtenir un résultat, il est conseillé de faire entre 3 et 10 séances de coaching selon l'objectif à atteindre..