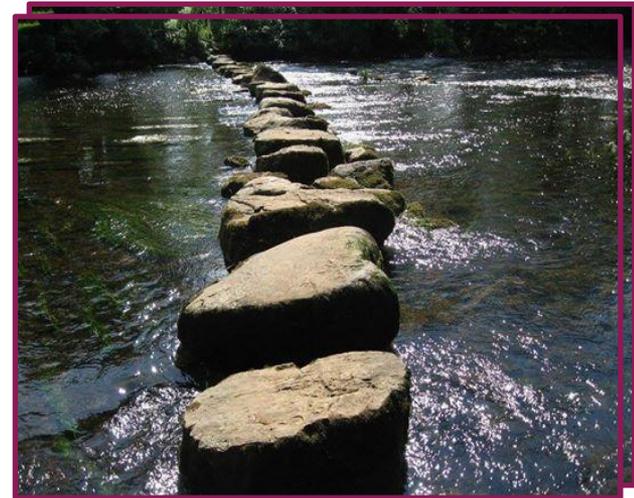


«Le Parcours Santé Intérieure®»

*Déployé dans le cadre de la formation professionnelle
et auprès des particuliers.*

Une approche multidisciplinaire.



Organisme de formation agréé

Relacom Sarl - 45 chemin des journaux – 25000 Besançon – tel 03 81 25 18 01 – relacom.besancon@gmail.com

Vocation :

Au-delà de la formation et du coaching ce parcours invite à relever des défis de vie.

- 🕒 **Accompagner un individu par le coaching, en fonction de son contexte professionnel et/ou personnel, pour qu'il atteigne son objectif en mobilisant toutes ses ressources.**
- 🕒 Co-crée un itinéraire adapté à la situation et aux besoins de la personne en relais avec des professionnels du bien-être ; un coach certifié et expérimenté est garant du processus tout au long de l'accompagnement.
- 🕒 Prévenir les risques psycho-sociaux
- 🕒 **Élaborer son « GPS intérieur » pour passer à l'action !**



Un travail d'équipe multidisciplinaire au service de l'évolution de la personne et de son autonomie :



- Énergétique
- Sophrologie
- Hypnothérapie
- Communication non violente
- Équithérapie
- Musicothérapie
- Nutrition
- EMDR (traitement des traumatismes)
- EFT (gestion du stress)
- PNL (programmation neurolinguistique)
- Systémie intérieure (constellation d'organisation)
- Élément humain (Will Shultz)

Exemple de thèmes d'accompagnement :



- Intégrer une entreprise et manager en intelligence collective
- Être plus confiant et plus convaincant dans ses prises de parole
- Travailler son leadership face à une équipe
- Prévenir et sortir d'un burn out
- Comprendre et transformer les situations de harcèlement
- Se libérer des situations d'agression
- Apprendre à transformer les conflits en expression authentique
- Devenir assertif, savoir dire un vrai non
- Avoir une cohérence entre ses valeurs et l'image renvoyée
- Atténuer l'impact émotionnel des situations vécues
- Retrouver une sérénité au travail
- Accepter ses émotions, les libérer
- Identifier et exploiter ses dons
- Se préparer à évoluer dans ses fonctions
- Trouver sa « voix » et développer sa présence verbale

Liste non exhaustive

Organisme de formation agréé

Témoignages extraits des feedback des clients :



Organisme de formation agréé