

Catalogue

# HOMAN

CONSEIL – FORMATION - COACHING

**Qualiopi**  
processus certifié

 RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée  
au titre des catégories suivantes :  
**Actions de formation**

*Par Emeline Vanbremeersch*





# Sommaire

## CONSEIL

Du diagnostic à la mise en action .....	p.8
Un accompagnement sur mesure .....	p.9

## FORMATIONS

Ma démarche Qualiopi .....	p.11
Mes niveaux et domaines d'intervention.....	p.12-13
Formations à la carte :	
- Prévenir les risques psychosociaux .....	p.14
- Comprendre et réguler les mécaniques du stress ...	p.15
- Réguler nos émotions et les transformer en alliés ...	p.16
- Optimiser sa communication au quotidien.....	p.17
- Mieux communiquer en situation conflictuelle.....	p.18
- Renforcer les dynamiques relationnelles grâce à l'assertivité .....	p.19
- Mieux gérer son temps et ses priorités .....	p.20
- Développer son autonomie décisionnelle .....	p.21
- Atteindre ses objectifs et développer son potentiel.....	p.22

## Les parcours spécialisés :

- Parcours Mieux-être du dirigeant .....	p.23
- Parcours Middle-Management .....	p.24
- Parcours Devenir formateur interne .....	p.25
- Parcours Cohésion d'équipe .....	p.26

## ATELIERS

Vos événements personnalisés .....	p.28
Ateliers Cohésion d'équipe .....	p.29-30
Ateliers QVCT / Bien-être.....	p.31-32

## COACHING

Mon approche .....	p. 34
Quand se tourner vers le coaching ? .....	p. 35
En collectif : coaching d'équipe et co-dev' .....	p.36
Ma méthode .....	p.37



# Mon histoire

---

Depuis toujours, mes choix professionnels ont été dictés par ma volonté de découvrir, d'apprendre et d'agir pour accompagner le **développement humain**.

Ces choix se sont confirmés le jour où j'ai fait ma première rencontre d'une personne souffrant d'un burn-out. Son histoire m'a bouleversée et à compter de ce jour, j'ai décidé d'agir pour que la souffrance au travail ne soit plus un sujet. Je suis convaincue qu'il est possible d'**allier performance et mieux être au travail** par l'amélioration de nos rapports aux autres et de notre rapport au travail.



**Emeline Vanbremeersch**

*Plus de **450** jours  
d'animation de  
formations*

*Plus de **150** jours  
d'accompagnements  
individuels de managers*

*Près de **5 000** personnes accompagnées  
(équipes opérationnelles & services support,  
encadrement intermédiaire & direction )*



# Mes valeurs



## AUTONOMIE

Le bien-être au travail est pour moi **une responsabilité partagée.**

Chacun peut agir, à son niveau et par de petits pas, pour contribuer à un climat professionnel idéal. C'est pourquoi je vise toujours dans mes actions, la responsabilisation, l'implication et l'autonomie.



## CONFIANCE

La confiance est un élément indissociable à **la création de lien, à l'expression de soi et à la cohésion de groupe.**

Je veille, dans mes interventions, à faire en sorte que chacun se sente libre de s'exprimer, d'essayer, de se tromper, d'apprendre et de s'impliquer.



## AUTHENTICITE

Le cadre de confiance posé, la porte est ouverte à l'expression de notre authenticité car par la liberté d'expression, s'ouvre aussi la liberté d'être.

Emergent ainsi les singularités et les identités qui font la richesse de l'humain et servent autant **l'épanouissement personnel que la réalisation collective.**



# HOMAN, révélateur d'identité

## Identité d'entreprise

Révéler une identité culturelle forte et partagée, au service de l'entreprise, de ses activités et ses clients



## Identité collective

Faciliter l'intelligence collective et le développement de chacun au sein du groupe, à travers une identité fédératrice



## Identité managériale

Développer une posture managériale qui vous ressemble, pour accompagner vos équipes dans leur développement



## Identité individuelle

Révéler les personnalités et talents, pour un alignement professionnel / personnel, facteur d'épanouissement et de performance



# Mes accompagnements



## CONSEIL

J'analyse l'environnement de travail, l'organisation interne, les comportements individuels et collectifs. J'identifie les forces et axes d'amélioration et propose des plans d'actions et d'accompagnement pour faciliter les dynamiques relationnelles, le développement humain et la QVCT au sein de votre structure.



## FORMATION

J'accompagne vos équipes, managers et collaborateurs, dans le développement de leurs compétences psychosociales, l'ajustement de leurs postures et le renforcement de la cohésion.



## COACHING

J'accompagne l'individu et le collectif dans l'atteinte de leurs objectifs. Ensemble, levons les blocages, identifions les freins et moteurs, et facilitons la prise de décision pour enclencher le passage à l'action.



# CONSEIL

Démarche Qualité de vie au travail  
Démarche Dynamiques relationnelles  
Démarche Développement humain



# Du diagnostic à la mise en action



## DEMARCHE QUALITE DE VIE AU TRAVAIL

Diagnostic QVCT

Accompagnement équipe projet

Ateliers et accompagnements bien-être



## DEMARCHE DYNAMIQUE RELATIONNELLE

Diagnostic relationnel

Actions de sensibilisation et team building

Coachings individuels ou collectifs



## DEMARCHE DEVELOPPEMENT HUMAIN

Diagnostic Développement humain

Accompagnement services RH et managers

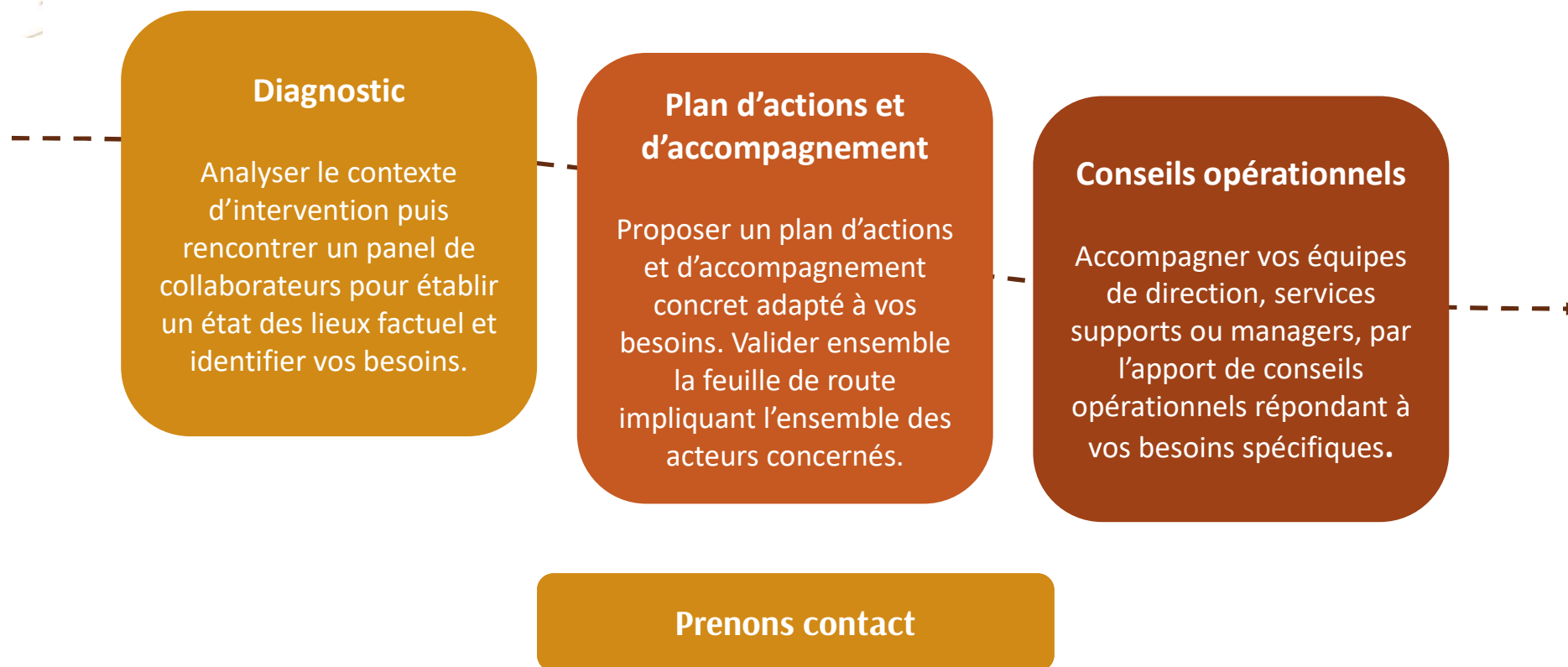
Formations ou coachings





# Un accompagnement sur-mesure

De l'analyse de l'environnement et des pratiques, à l'accompagnement au changement.





# FORMATION

Formations à la carte  
Parcours spécialisés



# Ma démarche qualité

---



L'organisme de formation

Homan est certifié :



La certification qualité a été délivrée  
au titre des catégories suivantes :

**Actions de formation**

## Pourquoi cette certification ?

- ✓ **Un engagement qualité** : Je m'engage à respecter les exigences qualité strictes, du référentiel Qualiopi, en matière de pédagogie, d'accompagnement et de suivi des résultats de mes actions de formation.
- ✓ **Un gage d'actualisation** : A travers la certification Qualiopi, je m'engage également à mener une veille rigoureuse pour vous proposer des actions de formation actualisées, en cohérence avec vos besoins et les évolutions de vos métiers et secteurs d'activité.
- ✓ **Des financements facilités pour vos actions** : Grâce à la certification Qualiopi, l'intégralité des formations proposées par Homan sont éligibles aux financements publics ou mutualisés, comme ceux des OPCO.



# Mes niveaux d'intervention

J'interviens à plusieurs niveaux de l'organisation, en réponse à vos besoins, pour renforcer les liens du collectif et l'adhésion au projet d'entreprise, développer les compétences psychosociales, ou encore révéler les identités personnelles et collectives.



## Organisation

Définir un projet d'entreprise cohérent et engageant

Développer une culture d'entreprise forte et fédératrice



## Equipe

Fluidifier les dynamiques relationnelles, renforcer la cohésion et stimuler l'intelligence collective



## Management

Faire grandir les postures managériales en cohérence avec les ambitions individuelles et collectives



## Collaborateur

Responsabiliser chaque acteur de l'organisation et l'accompagner dans son développement



# Mes domaines d'intervention



## Santé et mieux-être au travail

- Prévention des risques psychosociaux
- Régulation du stress
- Régulation des émotions



## Dynamiques relationnelles

- Communication interpersonnelle
- Affirmation et assertivité
- Gestion de conflits



## Efficacité et développement

- Gestion du temps et des priorités
- Autonomie décisionnelle
- Définition et atteinte de ses objectifs

### 4 parcours spécialisés

Mieux-être du dirigeant

Middle-management

Formateurs internes

Cohésion d'équipe

# Formations à la carte

## Prévenir les Risques Psychosociaux pour soi et son équipe

Demandez le programme complet de cette formation : [emeline@homan.fr](mailto:emeline@homan.fr)

### Les RPS en-jeux

- Maîtriser la terminologie liée aux RPS
- Comprendre les enjeux de la prévention des RPS

### Régulation du stress

- Comprendre les mécaniques du stress
- S'approprier quelques techniques de régulation

### Prévenir et réagir

- Evaluer les facteurs de risque et définir un plan d'actions préventives
- Détecter et accompagner les personnes en difficultés

### Gestion des situations de tensions

- Détecter et désamorcer l'escalade de la violence
- Gérer un cas de harcèlement ou autres violences

Managers\*  
2 jours  
Présentiel

Note de satisfaction  
**9,8/10\***  
\* Données 2024

*\*Adaptation possible pour les équipes opérationnelles*

# Formations à la carte

## Comprendre et réguler les mécaniques du stress

Demandez le programme complet de cette formation : [emeline@homan.fr](mailto:emeline@homan.fr)

### Le stress, tous concernés ?

- Comprendre les mécaniques du stress
- Identifier les enjeux de la régulation du stress

### Prévenir et réguler son stress

- Identifier les stratégies d'ajustement
- S'approprier des techniques de régulation et protection

### Détecter et évaluer mon stress

- Repérer les signaux du stress
- Evaluer les niveaux de stress

### Prévenir et réagir au stress de l'autre

- Identifier les bonnes pratiques de prévention
- Détecter et réagir face à une personne sous stress

Tout public  
1 jour  
Présentiel

# Formations à la carte

## Réguler nos émotions et les transformer en alliés

Demandez le programme complet de cette formation : [emeline@homan.fr](mailto:emeline@homan.fr)

### A la découverte de nos émotions

- Comprendre la mécanique des émotions
- Détecter ses émotions et enrichir son vocabulaire émotionnel



### Les émotions dans la relation

- Décrypter les émotions de l'autre
- Réguler ses émotions en situation de tension
- Exprimer ses émotions et besoins

### L'accueil et la régulation émotionnelle

- Analyser ses besoins à travers ses émotions
- S'approprier les techniques de régulation émotionnelle

Tout public  
1 jour  
Présentiel



# Formations à la carte

## Optimiser sa communication au quotidien

Demandez le programme complet de cette formation : [emeline@homan.fr](mailto:emeline@homan.fr)

### La communication en-jeux

- Comprendre ce qui se joue dans la communication
- Identifier les profils de personnalités et leurs modes de communication



### Mieux communiquer face à un collectif

- S'approprier les techniques de prise de parole en public
- Maîtriser l'animation de réunion impactante

### Mieux communiquer en one-to-one

- Développer son assertivité pour mieux comprendre l'autre
- Prévenir et désamorcer le conflit
- Développer sa force de persuasion

**Managers\***  
**2 jours**  
**Présentiel**

*\*Adaptation possible pour les équipes opérationnelles*

# Formations à la carte

## Prévenir et désamorcer les situations conflictuelles

Demandez le programme complet de cette formation : [emeline@homan.fr](mailto:emeline@homan.fr)

### La communication en-jeux

- Comprendre ce qui se joue dans la communication
- Identifier les profils de personnalités et leurs modes de communication

### Désamorcer les conflits

- Détecter les signes de tension et désamorcer le conflit
- Poser ses limites et se protéger en cas de violence

### Déjouer les pièges de la communication

- Développer des relations constructives et bienveillantes au quotidien
- Repérer et éviter les biais de communication à l'origine de tensions

### Adapter sa posture en situation de tension

- Développer son assertivité pour prévenir le conflit
- Identifier et réguler ses émotions
- Exprimer un désaccord et ses besoins de manière constructive

Note de satisfaction

**9,9/10\***

\* Données 2023

Tout public  
2 jours  
Présentiel

# Formations à la carte

## Renforcer les dynamiques relationnelles grâce à l'assertivité

Demandez le programme complet de cette formation : [emeline@homan.fr](mailto:emeline@homan.fr)

### L'assertivité en-jeux

- Comprendre la notion d'assertivité et ses effets
- Comprendre ce qui se joue dans la relation



### S'affirmer dans ses relations professionnelles

- Optimiser son langage verbal et non verbal
- Développer l'affirmation de soi
- Ecouter et répondre aux objections

### Développer son écoute

- S'appropriier les techniques de questionnement et reformulation
- Savoir observer les non-dits

Tout public  
1 jour  
Présentiel

# Formations à la carte

## Mieux gérer son temps et ses priorités

Demandez le programme complet de cette formation : [emeline@homan.fr](mailto:emeline@homan.fr)

### Organiser son temps

- Organiser ses activités en fonction du temps disponible
- Organiser ses activités en contexte d'incertitude



### Développer sa performance tout en respectant son rythme

- Identifier ses leviers de motivation et ses voleurs de temps
- S'approprier les techniques de gestion du stress
- Créer sa propre routine de travail

### Prioriser ses tâches

- Développer sa force décisionnelle face aux choix de priorisation et délégation de tâches
- Affirmer ses choix et poser ses limites

Note de satisfaction  
**9,2/10\***  
\*Données 2024


Tout public  
1 jour  
Présentiel



# Formations à la carte

## Développer son autonomie décisionnelle

Demandez le programme complet de cette formation : [emeline@homan.fr](mailto:emeline@homan.fr)



### Construire sa boussole décisionnelle

- Clarifier les attendus et objectifs décisionnels
- Identifier et solliciter ses ressources dans la prise de décisions

### Lever ses propres freins dans la prise de décision

- Identifier et réguler ses émotions et biais de perception
- Développer sa capacité de prise de recul et d'objectivité

### S'affirmer dans ses prises de décisions

- Savoir exprimer son point de vue avec assertivité
- Savoir poser ses limites et les faire respecter

Manager  
1 jour  
Présentiel






# Formations à la carte

## Développer son potentiel et atteindre ses objectifs

Demandez le programme complet de cette formation : [emeline@homan.fr](mailto:emeline@homan.fr)



### De la vision aux objectifs

- Fixer des objectifs long terme en cohérence avec soi et son contexte
- Définir des objectifs court terme au service de sa vision

### De l'objectif à la concrétisation

- Identifier ses ressources et biais de fonctionnement
- Organiser sa mise en actions et éviter la procrastination

### Réussir, échouer, progresser

- Développer son acceptation et résilience face à l'échec
- Valoriser ses réussites et analyser ses marges de progression

Tout public  
1 jour  
Présentiel



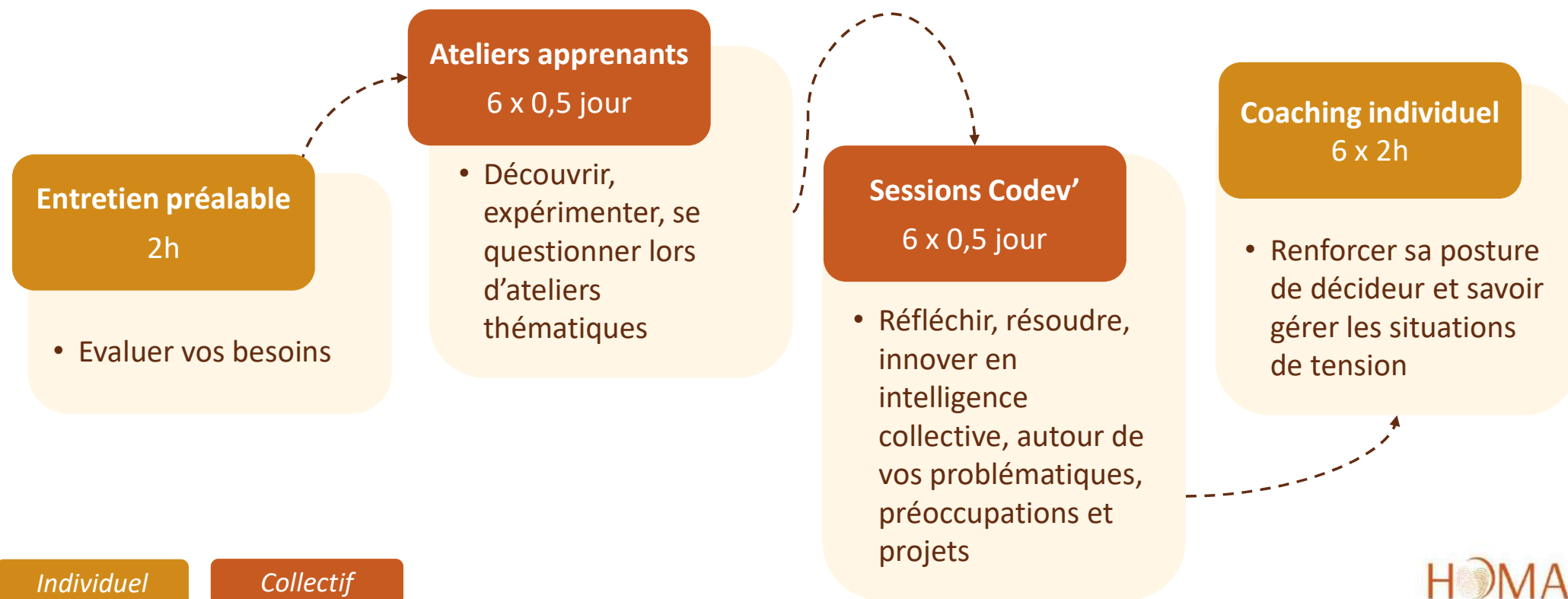


# Parcours Mieux-être du dirigeant

## Objectifs :

- Rééquilibrer vie personnelle et professionnelle
- Préserver sa santé des conséquences du stress
- Renforcer son exemplarité, en assurant une posture juste pour soi et son équipe

Demandez le programme complet de ce parcours : [emeline@homan.fr](mailto:emeline@homan.fr)



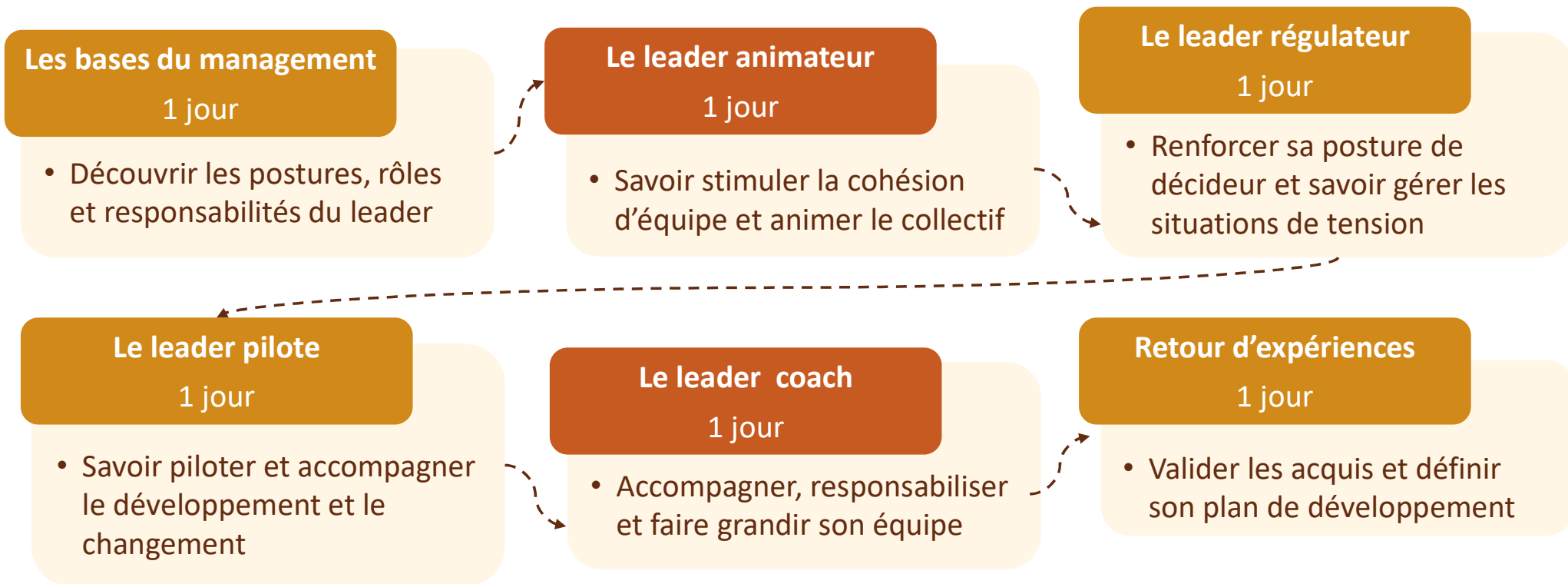


# Parcours Intégrer le Middle Management

Demandez le programme complet de ce parcours : [emeline@homan.fr](mailto:emeline@homan.fr)

## Objectifs :

Développer ses compétences managériales au service de l'équipe et de la performance  
Renforcer son autonomie et développer une posture de leader



Forfait 7 coachings individuels (7 x 1,5h)





# Parcours Devenir formateur interne

## Objectifs :

- Maîtriser les bases de l'ingénierie et de l'animation andragogique
- Développer sa posture de formateur interne

Demandez le programme complet de ce parcours : [emeline@homan.fr](mailto:emeline@homan.fr)

### Formation de formateur interne

3 jours

- Comprendre les enjeux de la formation pour adulte
- Savoir créer un module de formation pour adulte
- Savoir animer une formation pour adultes

### Animation observée

0,5 jour / formateur

- Identifier les forces et axes de développement dans sa posture de formateur interne



### Supervision collective

4 x 2h

- Résoudre, en intelligence collective, les problématiques rencontrées dans l'ingénierie et l'animation de formations internes



# Parcours Cohésion d'équipe

Demandez le programme complet de ce parcours : [emeline@homan.fr](mailto:emeline@homan.fr)

## Objectifs :

- Renforcer la cohésion d'équipe, faciliter la coopération et renforcer l'identité collective.
- Stimuler l'intelligence collective au service de l'innovation et de la résolution de problèmes

### Codev'

0,5 jour x Nombre de participants

- Stimuler le travail en intelligence collective
- Réfléchir, résoudre, innover en intelligence collective, autour de vos problématiques, préoccupations et projets

### Ateliers apprenants

0,5 jour x 4

- Développer la créativité grâce au collectif
- Résoudre et anticiper les conflits
- Ancrer la cohésion, grâce aux valeurs et à la vision
- Optimiser le fonctionnement de l'équipe, en s'appuyant sur les talents et motivations



# ATELIERS

Ateliers Cohésion d'équipe  
Ateliers QVCT / Bien-être



# Vos événements personnalisés

Construisons ensemble, l'événement adapté à vos besoins : séminaire, semaine de la QVCT, journée team building, journée d'intégration, ... J'allie mon expertise à celle de mon réseau de partenaires formateurs, coachs et professionnels du bien-être, pour vous proposer un panel d'ateliers adaptés aux thématiques de développement individuel et collectif.



# Ateliers Cohésion d'équipe

## Vision Ensemble

Ecrire l'histoire à venir de l'entreprise et collaborer autour d'un projet commun

Collaboratif ●●●●●●  
 Créatif ●●●●●●  
 Ludique ●●●●●●  
 Personnalisé ●●●●●●

Max 10 

Tout public

1h.



## Suivez le fil, de nos valeurs

Identifier les valeurs partagées dans l'organisation en échangeant autour des pratiques

Collaboratif ●●●●●●  
 Créatif ●●●●●●  
 Ludique ●●●●●●  
 Personnalisé ●●●●●●

Max 12 

Tout public


1h.



## Course aux talents

Identifier nos talents, développer l'esprit d'équipe et les signes de reconnaissance

Collaboratif ●●●●●●  
 Créatif ●●●●●●  
 Ludique ●●●●●●  
 Personnalisé ●●●●●●

Max 8 

Tout public

1h.



## Blason d'équipe

Collaborer en identifiant les forces du collectif et en trouvant les leviers face à ses différences

Collaboratif ●●●●●●  
 Créatif ●●●●●●  
 Ludique ●●●●●●  
 Personnalisé ●●●●●●

Max 8 

Tout public

1h.



# Ateliers Cohésion d'équipe

## Hors tension

Identifier et désamorcer les situations conflictuelles au sein du collectif

Théorique ●●●●●●●●  
 Ludique ●●●●●●●●  
 Collaboratif ●●●●●●●●  
 Personnalisé ●●●●●●●●

Max 8 

Tout public

1h. 

## Mission équilibre

Collaborer autour d'un objectif commun et s'adapter aux changements

Théorique ●●●●●●●●  
 Collaboratif ●●●●●●●●  
 Ludique ●●●●●●●●  
 Personnalisé ●●●●●●●●

Max 12 

Tout public

1h. 

## Collectif créatif

Développer l'intelligence collective autour de sujets d'entreprise

Théorique ●●●●●●●●  
 Collaboratif ●●●●●●●●  
 Ludique ●●●●●●●●  
 Personnalisé ●●●●●●●●

Max 8 

Tout public

1h. 



## Comm' en fer

Développer une communication authentique et bienveillante

Théorique ●●●●●●●●  
 Collaboratif ●●●●●●●●  
 Ludique ●●●●●●●●  
 Personnalisé ●●●●●●●●

Max 8 

Tout public

1h. 



# Ateliers QVCT / Bien-être au travail

## Mémo'risques

Connaître la terminologie et différencier les risques psychosociaux

Théorique	●●●●●
Ludique	●●●●●
Collaboratif	●●●●●
Personnalisé	●●●●●

Max 12

Tout public

45min.



## Préventeo

Connaître les risques psychosociaux et repérer les facteurs de risque

Théorique	●●●●●
Ludique	●●●●●
Collaboratif	●●●●●
Personnalisé	●●●●●

Max 8

Tout public

1h.

## Anti-stress

Comprendre les mécaniques du stress et s'approprier des techniques de régulation

Théorique	●●●●●
Pratique	●●●●●
Collaboratif	●●●●●
Personnalisé	●●●●●

Max 10

Tout public

1h.

## Trouver l'ikigai qui m'aile

Découvrir nos sources d'épanouissement et de motivation

Théorique	●●●●●
Créatif	●●●●●
Collaboratif	●●●●●
Personnalisé	●●●●●

Max 8

Tout public

1h.

## Time leader

Comprendre les enjeux de la gestion du temps et priorisation

Théorique	●●●●●
Ludique	●●●●●
Collaboratif	●●●●●
Personnalisé	●●●●●

Max 8

Tout public

1h.

# Ateliers QVCT / Bien-être au travail

## Fres'QVCT

Identifier les enjeux de la QVCT et moyens d'action pour imaginer les solutions internes à venir

Collaboratif ●●●●●●●●  
 Créatif ●●●●●●●●  
 Théorique ●●●●●●●●  
 Personnalisé ●●●●●●●●

Max 8 

Tout public

1h. 



## Rire ensemble

Découvrir les bienfaits du rire sur la santé et pratiquer des exercices de respiration et de yoga du rire

Théorique ●●●●●●●●  
 Pratique ●●●●●●●●  
 Ludique ●●●●●●●●  
 Personnalisé ●●●●●●●●

Max 20 

Tout public

1h. 

## Emo'voir

Identifier les émotions et mieux les comprendre pour répondre à nos besoins

Théorique ●●●●●●●●  
 Ludique ●●●●●●●●  
 Collaboratif ●●●●●●●●  
 Personnalisé ●●●●●●●●

Max 8 

Tout public

1h. 

## Un pas vers mon bien-être

Découvrir la réflexologie plantaire et s'initier aux auto-massages

Théorique ●●●●●●●●  
 Pratique ●●●●●●●●  
 Ludique ●●●●●●●●  
 Personnalisé ●●●●●●●●

Max 8 

Tout public

1h. 

## Relax' au max

Découvrir les bienfaits de la relaxation et pratiquer des exercices de relaxation guidée

Théorique ●●●●●●●●  
 Pratique ●●●●●●●●  
 Ludique ●●●●●●●●  
 Personnalisé ●●●●●●●●

Max 20 

Tout public

1h. 





# COACHING

Coaching individuel  
Coaching d'équipe  
Co-développement



# Mon approche

---

Le coaching est un accompagnement basé sur la confiance et la responsabilité.

**La confiance**, est essentielle pour permettre au coaché de déposer ce qui l'amène et répondre aux questions du coach, sans crainte de jugement et en toute authenticité. Elle permet au coach de l'accompagner de manière juste et personnalisée.

**La responsabilité**, est au cœur du processus, car tout coaching suppose l'engagement du coaché et du coach. Le coaché s'engage à vouloir répondre à sa demande, le coach s'engage à respecter la demande et le processus. Le coaching a vocation à mener le coaché vers la prise de décisions et le passage à l'action, en autonomie. Cela signifie que le coach n'intervient à aucun moment dans les choix qui s'offrent au coaché, il n'apporte ni conseil ni directive. Le coaché est donc responsable de sa propre progression à travers le coaching et en dehors.

**A travers le coaching, j'accompagne les personnes à trouver en elles les ressources qui leur permettront d'atteindre leurs objectifs de vie professionnelle ou personnelle.**

# Quand se tourner vers le coaching ?



## COMPRENDRE

Vous êtes en difficulté ou ressentez un mal-être sans en identifier les causes ?  
 Vous ne vous sentez plus à votre place sans trouver de solution ?

**Comprendre ce qui se joue dans votre contexte actuel. Identifier les enjeux, les besoins et croyances à l'origine de vos ressentis pour éclairer votre situation**

### Exemples :

*Vous êtes en inconfort suite à un changement d'organisation au sein de vos services*

*Vous n'êtes pas à l'aise dans vos missions*

*Vous êtes déstabilisé face un client ou collègue*



## DECIDER

Vous êtes face à un dilemme ? Vous avez des difficultés à prendre une décision majeure ou vous positionner pour votre carrière ou votre organisation ?

**Faire un choix, décider en conscience, prendre du recul face aux croyances et peurs qui vous orientent ou paralysent, pour oser vous positionner.**

### Exemples :

*Vous hésitez à accepter une proposition d'évolution professionnelle*

*Vous ne parvenez pas à poser une vision claire pour vos équipes*

*Vous êtes partagé entre vos avis et valeurs et ce que les autres attendent de vous*



## AGIR

Vous avez des difficultés à appliquer vos décisions ? Vous constatez que vous ne respectez pas vos engagements ? Vous avez un projet, mais ne parvenez pas à passer à l'action ?

**Faire le premier pas pour enclencher le passage à l'action. Gagner en sérénité pour oser avancer vers vos objectifs.**

### Exemples :

*Vous ne parvenez pas à vous organiser dans vos missions*

*Vous n'osez pas prendre la parole en public*

*Vous n'osez pas vous lancer dans un nouveau projet*

*Vous procrastinez régulièrement*



# Coaching collectif

---



## COACHING COLLECTIF

Accompagner le collectif dans l'identification des forces et faiblesses de sa structure pour redéfinir un mode de fonctionnement cohérent et partagé.

*Format : 1 à 3 jours*



## CO-DÉVELOPPEMENT

Développer l'intelligence collective, au service d'une problématique posée par un membre du groupe, et servant l'intérêt commun par la richesse des partages qui émergent du processus.

*Format : 3h/séance*



## Ma méthode

---

Je vous accompagne par un questionnement, l'usage de métaphores ou encore d'exercices qui vous amèneront à explorer votre problématique, pour trouver les ressources qui permettront d'y répondre. Je m'inspire des approches suivantes : analyse transactionnelle, PNL, neurosciences, ... Je me positionne suivant les 8 compétences du coach, formulées par ICF, qui permettent de respecter confidentialité et éthique, et de co-crée la relation de partenariat coach-coaché.



*Les coachings individuels et co-développements peuvent se faire en présentiel ou en visio.*

*Les coachings d'équipe se font en présentiel uniquement.*

[Prenons contact](#)



Il s me font confiance ...



## Ils témoignent ...

---



CC

*J'ai adoré les techniques utilisées pour nous faire passer les messages (jeux, exercices, ...) ainsi que la très grande qualité de la formation, sur le fond et sur la forme. La dynamique d'équipe et la dimension profondément humaine, l'écoute, la disponibilité et le cadre sécurisant de la formatrice.*

**Céline, Manager boutique**

CC

*Je ne m'attendais pas à avoir autant d'exercices, de mises en action ... C'est la première fois que je fais une formation avec autant d'exemples et d'études de cas personnalisés, adaptées à nos situations de travail.*

**Florent, Chargé de communication**





## Ils témoignent ...

---



CC

*J'ai adoré mon coaching avec Emeline et je suis très satisfaite du résultat et de la mise en action conséquente. J'ai sollicité le coaching concernant la gestion des priorités et du temps, et un blocage quant à ma posture commerciale. J'en sors personnellement et professionnellement grandie et plus assurée, tant dans mes choix que dans mon ancrage identitaire. J'avance aujourd'hui avec en ligne de mire la boussole que je me suis définie*

**Laura, Entrepreneur**

CC

*Je souhaitais être accompagnée sur ma prise de confiance en moi, lors de mes prises de parole en public. Grâce au coaching, j'ai gagné en sérénité et lâcher-prise, j'ai appris à prendre de la hauteur et à ne pas donner trop d'importance à cette petite voix qui me demande la perfection. Je recommanderai Emeline les yeux fermés, notamment sur des problématiques RH, pour son écoute active, sa bienveillance et son expertise sur ces thématiques.*



**Cécile, HR Manager, secteur informatique**





## Ils témoignent ...

---

CC

*Merci pour ton accompagnement, précis, humain, ludique et très professionnel.*

*Il n'y a pas de "grand" projet sans "grande" équipe, j'en suis convaincu depuis toujours mais ce moment d'authenticité, où chacun a pu exposer ses vulnérabilités pour en faire des forces collectives, a été un bon rappel, bien plus fort que les grands discours.*

**Cédric, CEO et fondateur Yper**



CC

*Merci pour ce coaching inspirant. Ta capacité à faire émerger l'essentiel et à guider le CODIR dans un esprit de transparence a boosté notre dynamique. Ce travail en profondeur sur nos rôles et nos processus nous apporte déjà de la clarté, et on est prêts à transformer tout ça en actions concrètes. Ce fut intense, constructif et collectif. Encore merci*

**Samira, Chief executive support officer**





## Exemple d'intervention – Secteur touristique

---

**Objectif :** Outiller les collaborateurs pour prévenir et gérer les situations conflictuelles

**Enjeux :**

- Optimiser l'accueil du public et les relations partenaires, notamment en situation conflictuelle
- Prévenir les conflits et renforcer la cohésion d'équipe
- Développer l'affirmation de soi auprès des jeunes managers

**Actions :**

- Formation Communication non violente



Ce document est un extrait du catalogue Homan.  
Pour obtenir les fiches programmes de formation détaillées,  
et/ou organiser une intervention pour vos équipes, contactez :

**Emeline Vanbremeersch**  
**[emeline@homan.fr](mailto:emeline@homan.fr)**  
**06.28.63.74.95.**

**HOMAN**