



Renaissance

Coaching & Management

PARCOURS

« Amour de soi & Leadership »

3 niveaux

– 9 jours collectifs et 8 entretiens individuels –
sur 2 ans

Caroline Couturier – 06 27 15 70 38

Eric Perret – 06 72 95 38 09

www.renaissance-conseil.com

www.osezlamourdesoi.com

« Il n'y a pas de leadership
sans amour de soi »





Ce parcours « Amour de soi & Leadership » en 3 niveaux sur 2 ans mixe des temps collectifs – 9 jours au total – et des temps individuels – 8 entretiens d'une heure trente en moyenne – pour une meilleure appropriation des apports et une expérimentation approfondie.

Les objectifs visés sont :

D'être capable de faire évoluer son regard sur soi vers quelque chose de plus apaisant,

D'être capable de faire évoluer ses schémas de pensée vers quelque chose de plus facilitant,

D'être capable de se réconcilier pleinement avec soi.



Amour de soi & Leadership

un parcours en 3 niveaux,
9 jours et 8 entretiens individuels, sur deux ans

N1 – OSER L'AMOUR DE SOI

S'aimer soi pour
mieux aimer
les autres
et la vie.
Estime de soi,
confiance en soi
et réalisation de soi

4 jours (en 2+2)

N2 – (RE)METTRE SA VIE DANS LE BON SENS

Tendre vers ses objectifs
de vie et ses objectifs
opérationnels,
croyances limitantes
et favorisantes,
construction d'esprit
et moi profond

2 jours

N3 – (SE)PARDONNER ET CHEMINER VERS SA PAIX INTERIEURE

Se réconcilier,
(se)pardonner,
renoncer, remercier.
Être à l'écoute de soi
dans une vérité et
sans mensonges

3 jours

8 entretiens individuels d'1h30 chacun

Particularités de ce parcours

Les temps collectifs ont lieu en résidentiel (sauf impératif contraire), groupe de 6 à 8 personnes.

Les entretiens individuels d'une heure trente en moyenne peuvent avoir lieu en présentiel ou en distanciel.

Niveaux cumulatifs, le niveau 1 est un prérequis pour participer au niveau 2, le niveau 2 pour le niveau 3.

Ce parcours est basé sur les livres « Osez l'amour de soi - au travail aussi ! » et « C'est la Vie », co-auteurs Caroline Couturier et Eric Perret.

Les dates des temps collectifs sont données au fur et à mesure au minimum 6 mois à l'avance.



Budget

Package total de 4000 €HT (particuliers et entreprises < 10 salariés) ; 5900 €HT (entreprises > 10 salariés) – règlement en 3 fois – comprenant 8 jours collectifs en coanimation, 6 entretiens individuels de deux heures en moyenne, 8 nuits d'hôtel et petits-déjeuners, les déjeuners et dîners, les documents pédagogiques.

Remplir le bulletin d'adhésion ci-après.

Pour plus d'informations :

Caroline Couturier : 06 27 15 70 28

Eric Perret : 06 72 95 38 09

Une convention de formation professionnelle continue peut être élaborée pour vous permettre une prise en charge de ce module.

Les personnes atteintes de handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement, afin d'étudier ensemble les possibilités de suivre la formation.

Prérequis

Avoir envie de faire évoluer des choses en soi et la volonté de s'impliquer personnellement et émotionnellement dans cette formation,

Être dans une posture de bienveillance vis-à-vis de soi,

Ne pas être dans un moment de burn-out, de grosse dépression, de fragilité physique ou mentale,

Être majeur et responsable de soi (pas de tutelle...).



**Bulletin d'adhésion pour le parcours complet "Amour de soi et Leadership –
comprenant les 3 niveaux N1–N2–N3
Particulier et entreprise < 10 salariés – un bulletin par participant**

ENTREPRISE : _____

Prénom et nom du PARTICIPANT : _____

Fonction : _____ Coordonnées : _____

Prénom, nom et coordonnées du RESPONSABLE : _____

TARIF : 4000 €HT le parcours complet (3 niveaux sur 2 ans) par participant comprenant, 9 jours d'animation (N1 = 4 jours – N2 = 2 jours – N3 = 3 jours), 8 entretiens individuels, la pension complète (8 nuits, 8 petits déjeuners, 9 déjeuners, 8 dîners) – les dossiers pédagogiques. Facturation par niveau.

CONTACTS : Caroline Couturier – 06 27 15 70 38 – caroline.couturier@renaissance-conseil.com
Eric Perret – 06 72 95 38 09 – eric.perret@renaissance-conseil.com

Prise en charge possible par votre OPCA. Minimum 6 participants.

BON POUR ACCORD Fait le _____ à _____
Prénom et nom du signataire, cachet de l'entreprise :



**Bulletin d'adhésion pour le parcours complet "Amour de soi et Leadership –
comprenant les 3 niveaux N1–N2–N3
Entreprise > 10 salariés – un bulletin par participant**

ENTREPRISE : _____

Prénom et nom du PARTICIPANT : _____

Fonction : _____ Coordonnées : _____

Prénom, nom et coordonnées du RESPONSABLE : _____

TARIF : 5900 €HT le parcours complet (3 niveaux sur 2 ans) par participant comprenant, 9 jours d'animation (N1 = 4 jours – N2 = 2 jours – N3 = 3 jours), 8 entretiens individuels, la pension complète (8 nuits, 8 petits déjeuners, 9 déjeuners, 8 dîners) – les dossiers pédagogiques. Facturation par niveau.

CONTACTS : Caroline Couturier – 06 27 15 70 38 – caroline.couturier@renaissance-conseil.com
Eric Perret – 06 72 95 38 09 – eric.perret@renaissance-conseil.com

Prise en charge possible par votre OPCA. Minimum 6 participants.

BON POUR ACCORD Fait le _____ à _____
Prénom et nom du signataire, cachet de l'entreprise :



Amour de soi & Leadership

un parcours en 3 niveaux, 9 jours et 8 entretiens individuels
– dates 2022 des temps collectifs –

N1 – OSER L'AMOUR DE SOI

S'aimer soi pour mieux aimer les autres et la vie.
Estime de soi, confiance en soi et réalisation de soi

4 jours (en 2+2)

2 sessions :
26-27 avril et 24-25 mai,
9-10 novembre
et 8-9 décembre,
arrivée la veille au soir

N2 – (RE)METTRE SA VIE DANS LE BON SENS

Tendre vers ses objectifs de vie et ses objectifs opérationnels, croyances limitantes et favorisantes, construction d'esprit et moi profond

2 jours

2 sessions :
5-16 mars,
13-14 octobre,
arrivée la veille au soir

N3 – (SE)PARDONNER ET CHEMINER VERS SA PAIX INTERIEURE

Se réconcilier, (se)pardonner, renoncer, remercier.
Être à l'écoute de soi dans une vérité et sans mensonge

3 jours

1 session :
27-28-29 septembre



48 ans
Mariée, 3 enfants
Coach professionnelle,
enseignante et superviseuse

Caroline Couturier

caroline.couturier@renaissance-conseil.com

www.renaissance-conseil.com

06 27 15 70 28

Spécialisée dans l'optimisation de la performance au travers du développement des pratiques managériales et du développement personnel, j'accompagne des dirigeants, des managers, des organisations dans leur transformation. L'Occitane en Provence, le Roy René, Cybernetix (TechnipFMC), Jaguar Networks, Devisubox, Nexity, Imodco, le Centre des Jeunes Dirigeants ... Coachings individuels et d'équipes, ateliers de développement managérial et personnel.



Co-auteur du roman « **C'est la Vie** », un roman de développement personnel à fort impact professionnel, avec Eric Perret- The BookEdition.com – 2020

Participation active au livre « **Osez l'amour de soi – au travail aussi !** » – InterEditions/Dunod



Ingénieur Télécom (Promotion 1997 ENST Paris), 13 ans de responsabilités opérationnelles dans les Telecom dont 5 ans en tant que Directeur Marketing du Groupe BT.

Fondatrice en 2009 à Marseille d'un cabinet de conseil en management, que j'ai fusionné avec le cabinet Renaissance début 2013, en m'associant avec Eric Perret,

Créatrice en 2019 l'Atelier Coquelicot, un espace de co-working à Marseille dédié aux artisans de l'accompagnement en entreprise, dans la perspective de contribuer à la professionnalisation du métier de coach.

Coach certifiée Maître Praticien, et supervision auprès de l'Institut Maïeutis
Enseignante & superviseuse de coachs professionnels

Animatrice APM (Association pour le Progrès du Management) pendant 5 ans.

Membre de l'association de coaching EMCC France, du Centre des Jeunes Dirigeants et de Femmes 3000

institut | coaching
supervision
engagement
maïeutis





65 ans,
Marié, 2 filles
Coaching & Management

Eric Perret

eric.perret@renaissance-conseil.com

www.renaissance-conseil.com

06 72 95 38 09

J'accompagne des dirigeants et des managers très sollicités dans les environnements tendus et complexes du monde de l'entreprise. Je desserre des nœuds qui se créent dans l'esprit des personnes, des équipes et des organisations, je libère les énergies, j'aide les personnes et les équipes à mieux comprendre leurs enjeux et à (re)découvrir leurs ressources (**coaching individuel et coaching d'équipe**). J'interviens à la Française des Jeux, L'Institut du Cerveau, Bio Burger, Occitane en Provence, Engie, Toyota MH, Elegia, Cybernetix (TechnipFMC), Eurodia, Nexity, Devisubox, Jaguar Network, le Centre des Jeunes Dirigeants, Sonepar, Axiolis, Emergence(s) Le PLIE, ...

Plus de 180 coachings individuels de dirigeants et de managers, et 70 coachings d'équipe menés.



Auteur du livre « **Osez l'amour de soi – au travail aussi !** » – InterEditions/Dunod
Co-auteur du roman « **C'est la Vie** », un roman de développement personnel à fort impact professionnel, avec Caroline Couturier – The BookEdition.com



Depuis 19 ans, au sein du Cabinet Renaissance, associé avec Caroline Couturier.

Auparavant 20 ans en entreprise dans des grands groupes et PME (Kodak, Extand, Quo Vadis, OGF/PFG), dont **13 ans de Direction commerciale nationale**. Management d'équipe jusqu'à 150 personnes.

Coach accrédité EIA (European Individual Accreditation) – Coach Praticien

Certifié coach « *ILead-systems* » depuis 2004, www.i-lead-systems.net

Supervision au sein du réseau « Maïeutis – Entre 2 », www.maieutis.eu

Membre de l'association de coaching EMCC France (AEC)

Ancien délégué national du Centre des Jeunes Dirigeants

