



Cadres, en phase de transition

Aller à la rencontre de SOI ♦ se RETROUVER

**Accompagnement individuel en IMMERSION, sur 1,5 à 2 jours
à Montpellier**

(Ac I-03)

Cadres, en phase de transition,... en réflexion sur leur avenir

Vous vous sentez démotivé(e), déçu,... votre poste ne correspond plus réellement à vos aspirations...

Vous vous interrogez sur l'avenir, votre évolution possible dans l'entreprise... rester, partir,... pour faire quoi, aller où ?

Avant de commencer à vous poser ces questions, d'entamer une démarche BILAN ou de prendre une décision... irrévocable,

Aller à la rencontre de SOI ♦ se RETROUVER

C'est un peu comme "remonter l'ancre", larguer les amarres, pour (re)prendre sa vie en mains...

Accompagnement individuel en IMMERSION

*Lors d'un contact téléphonique préalable, vous nous exposez votre contexte et vos enjeux. Ces éléments nous permettent d'affiner au mieux **VOTRE programme personnalisé** et de faire une proposition chiffrée, sur une **durée** allant de **10 à 14 heures**.*

Un Consultant Coach Senior vous accompagnera ; le choix d'un ou deux autre(s) intervenant(s) est défini, à l'issue de l'entretien préalable.

Pour l'organisation, l'arrivée à Montpellier se fait la veille au soir : par train (Les Terrasses du Soleil sont à 7 minutes de la Gare St Roch) ou par la route (à 1km de la sortie 30 de Languedocienne).

Hébergement, pour 2 nuits, à proximité, en hôtel ou en maison d'hôte.

Durant cet accompagnement, vous aurez l'opportunité de

faire le point sur vos actualités personnelles,

aborder des aspects de la connaissance de Soi et des Autres,

découvrir de **pratiques** de respiration, de détente (à installer dans sa vie au quotidien), ainsi que de transformation, de visualisation créative et d'intégration,

mettre en place des étapes de votre Projet de vie.

Orientations pour dépasser les préoccupations actuelles et **installer un état de MIEUX ETRE au quotidien**, puis de BIEN ETRE qui permettra la bonne orientation.

En fonction de la météo et des saisons, des pratiques se font en extérieur.

★ ★ ★

Je suis à votre disposition pour en parler

Eva DEPECKER – Co Dirigeante IEHP

01 83 81 67 97 ♦ 04 99 51 66 18 ♦ 06 50 19 18 78

eva.depecker@iehp-34.com