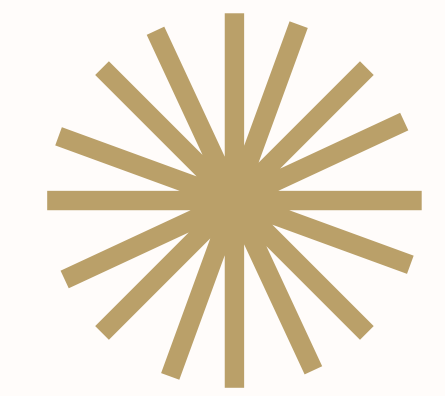


CÉLINE SEMOUN | HAPPY UNITY

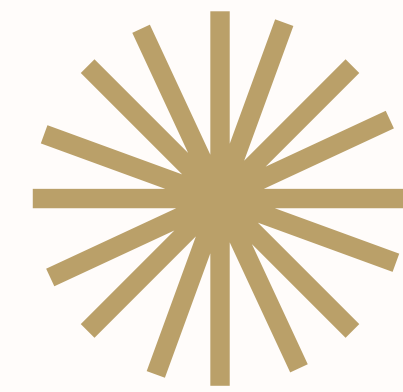


Résoudre les sources du stress par l'intelligence relationnelle

Le bien-être se transmet et s'outille par la compréhension de nos mécanismes profonds.

PROPOSITION DE PARTENARIAT BIEN-ÊTRE & QVT / FINANCEMENT OPCO

CÉLINE SEMOUN | HAPPY UNITY



Un programme en 3 étapes

étape 1

INTELLIGENCE RELATIONNELLE – LES MÉCANISMES HUMAINS

Le stress peut se soulager momentanément par des séances de bien-être éphémères. Mais pour le résoudre à la source, il faut comprendre le fonctionnement des mécanismes humains, l'intelligence relationnelle représentant de vrais outils pour la vie.

Les 3 Piliers du premier cercle

- Comprendre les mécanismes humains et comprendre nos erreurs.
- La conscience de soi : Identifier ses propres émotions, saisir ce qui m'appartient et ce qui appartient à l'autre.
- Des outils pour la vie : Intégrer les réflexes pour entretenir des relations saines.





étape 2

RESTRUCTURATION MENTALE & RÉGULATION DU STRESS

Séances de respiration et de centrage pour être à l'écoute de son corps et abaisser l'anxiété. Un temps d'ancrage les yeux fermés pour intégrer les enseignements et les appliquer naturellement dans les futures interactions.

L'Ancrage & La Régulation

- Respiration : Pour abaisser instantanément le niveau de stress et l'anxiété corporelle.
- Relaxation guidée : Un temps d'écoute du corps et de prise de recul pour visualiser la prise de recul.
- Ancrage des nouveaux enseignements : Intégrer profondément ces réflexes pour entretenir des relations saines.



étape 3

LE CHANGEMENT DE REGARD (LE SWITCH AVANT / APRÈS)

Cette phase 3 permet de réinstaller un climat de sécurité et de confiance, pour poser les bases d'une force collective durable.

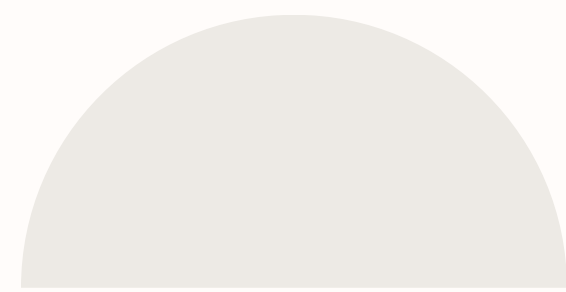
Les 3 temps forts de la mise en pratique :

- Exercices d'interaction fluide : Des pratiques concrètes en fin de session pour bien intégrer et ancrer les notions des relations sociales.
- Un regard neuf : Une mise en pratique finale conçue pour changer la perception que l'on porte sur soi-même et sur l'équipe.
- Force collective durable : Un nouveau départ relationnel pour collaborer efficacement, sans épuisement ni stress social.

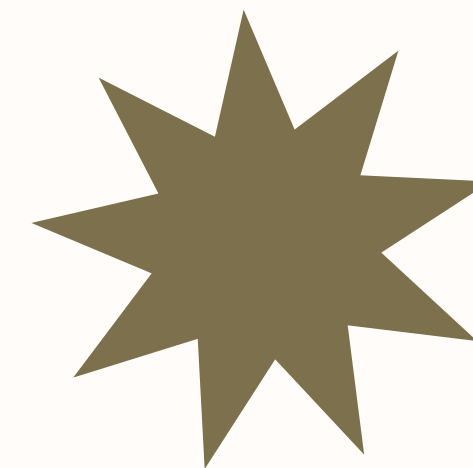


RÉINSTALLER LA SÉCURITÉ PSYCHOLOGIQUE POUR UN COLLECTIF SEREIN, SOUDE ET PERFORMANT.

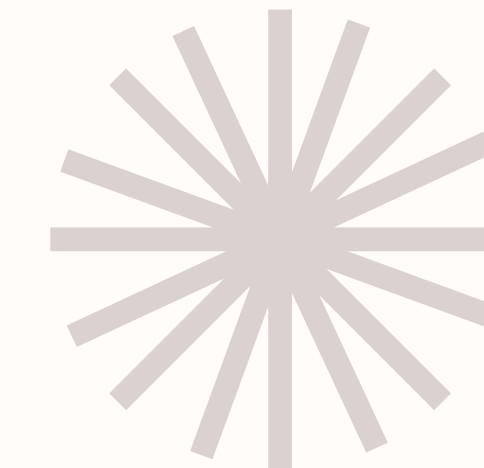
Une approche riche et d'une plus grande efficacité



Un Climat de Confiance
Réinstaller une sécurité psychologique pour libérer le potentiel et l'expression de chaque collaborateur.



Une Synergie Fluide
Remplacer définitivement le stress social et les non-dits par des interactions saines, constructives et productives.



Une Performance Durable
Apporter un regard neuf sur l'équipe afin de redémarrer sur une force collective solide et non-anxiogène.

L'Impact Mesurable

90%
DES TENSIONS ÉVITÉES

Le coût du stress social

Une interaction mal gérée peut polluer une journée entière de travail. En donnant les codes, on réduit radicalement la friction.

L'intelligence émotionnelle est le premier levier de ROI du bien-être.

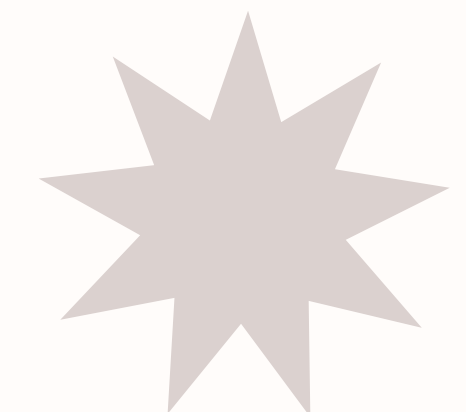


MON EXPERTISE

Voilà 7 ans que que je guide et forme
les professionnels sur ces enjeux.

Mon constat est quotidien : lorsque les mécanismes humains sont
enfin compris, il y a alors une véritable valeur qui renaît dans les
interactions sociales au sein de l'entreprise.

Les résultats de ma méthode sont factuels après chacune de mes
interventions : il y a un avant et un après certain. Redémarrez dès
aujourd'hui sur une force collective durable.



“

*"Le stress naît souvent de
l'incompréhension. **La clarté** est le premier
pas vers le bien-être."*

— VISION CÉLINE SEMOUN

Ensemble, créons une expérience de rupture lumineuse.

Apportons une dimension profonde et structurante à vos offres Bien-être.

Questions ?

Discutons de la meilleure façon d'intégrer ces outils à votre catalogue.

Céline SEMOUN

semounceline@gmail.com

06 22 88 33 34