



Coaching privé

Pour avancer, franchir ses obstacles,
oser son potentiel.
Se révéler, tout simplement.

POURQUOI?

La vie sème des obstacles sur notre parcours. Avec le temps, nous développons des croyances, des blocages et des peurs qui nous empêchent d'agir selon nos désirs réels.



Bloqué-e

Vous êtes bloqué-e dans une situation qui ne vous satisfait plus. Vous ne savez pas comment vous en sortir seul-e?



Se faire aider

Un regard extérieur bienveillant peut vous aider à prendre conscience de vos freins et à faire émerger les solutions qui sommeillent en vous.

COMMENT?

Le coaching est une méthode qui accompagne toute personne dans son désir de changement. Dans cette démarche, le coach se met à votre écoute, détecte les blocages et les transforme en prises de conscience. Il vous aide à révéler votre potentiel et booste votre développement.



Par le questionnement

Par des questions puissantes, le coach vous aide à comprendre votre fonctionnement et redevenir acteur de votre vie.



Avec bienveillance

Le coach est l'allié de votre transition. Sans jugement, il vous fait évoluer vers votre objectif, à votre rythme, selon vos choix tout en respectant votre niveau d'énergie.



Valeur ajoutée pour le coaché

Bien encadré, le coaché reprend confiance en lui, retrouve de la sérénité, ose s'affirmer, assume ses choix, gère son énergie, vit ses rêves et s'épanouit maintenant.

POUR QUI?

Le coaching privé s'adresse à toute personne qui souhaite prendre soin d'elle, évoluer sur le plan personnel, développer une compétence, réaliser un projet ou un rêve qui lui tient à cœur.

Pour les personnes en transition

- * **ados**: transition dans la vie professionnelle, recherche de repères ou de motivation
- * **adultes**: changement dans la vie privée, réalisation d'objectifs personnels, oser le changement, licenciement, burnout
- * **personnes plus âgées**: préparation à la retraite, deuil, maladie, épuisement en tant que proche aidant.

PAR QUI?

Entrepreneur passionné, Cédric Gremaud a vécu plusieurs transitions de vie et s'est retrouvé face à des décisions importantes et difficiles à prendre. Être coaché a été une révélation pour Cédric, qui veut désormais faire grandir les autres comme on l'a fait grandir.



Issu de l'ingénierie, Cédric s'est de plus en plus intéressé au fonctionnement des organisations pour se passionner finalement pour l'humain et le développement personnel.

Coach certifié à la direction de la société evOrg Sàrl, il vous accompagnera avec bienveillance, dans une relation de confiance, vers votre épanouissement personnel, grâce aux techniques et outils du coaching et à son écoute active.

Cédric Gremaud

Coach certifié, consultant, formateur et auditeur
evOrg Sàrl · Chemin du Coteau 29
2525 Le Landeron · T.: +41 76 596 32 31
cedric.gremaud@evorg.ch · www.evorg.ch

