

Dans un monde où urgence et performance dominant, les dirigeants s'épuisent.

RESET

THE LEADERSHIP HEALTH EXPERIENCE

Ce que vous allez y gagner

- Une compréhension plus fine de vous-même en tant que leader.
- Des moyens concrets pour prendre soin de vous et renforcer votre clarté mentale.
- Des ressources pour mieux vivre le changement et apprivoiser l'incertitude.

Jour 1 - 2

Comprendre le fonctionnement de votre cerveau et des sources de stress.
Se reconnecter à soi et aux autres.
Ralentir pour mieux diriger.
Identifier et transformer vos pensées.

Jour 3

Incarner un leadership humain et authentique.
Naviguer dans un monde hyperconnecté avec clarté.
Redéfinir l'équilibre et poser des limites saines.

Jour 4

Ancrer et maintenir

Qu'est-ce qui rend RESET différent ?

- Pas d'outils à appliquer, mais des pratiques à incarner.
- Pas de théories abstraites, seulement des éclairages concrets et utiles.
- Pas de pression, juste un espace pour respirer et se reconnecter.
- Une expérience humaine, loin des injonctions à la performance.

A qui cela s'adresse ?

- Pour les leaders intermédiaires à seniors qui se sentent épuisés ou sous pression, OU qui souhaitent prendre soin d'eux de manière proactive et diriger avec plus de présence.

Intervenantes



Céline Beaurain-Casemi



Maéva Bernasconi



Céline est coach professionnelle certifiée, indépendante et multilingue, ainsi que facilitatrice en pleine conscience organisationnelle. Elle accompagne les leaders dans le développement de leur conscience de soi, pour les aider à devenir des dirigeants authentiques, en bonne santé et pleinement épanouis.

Forte de plus de 20 ans d'expérience internationale, elle a soutenu aussi bien de jeunes talents que des dirigeants expérimentés, dans des environnements variés — des start-ups aux multinationales — et dans des fonctions multiples. Son parcours inclut des collaborations avec des institutions de renommée mondiale telles qu'IMD et AISTS. Son approche est holistique, alliant profondeur et pragmatisme, et se distingue par un style à la fois bienveillant, stimulant et intellectuellement nourrissant.

Maéva est psychologue, coach et entrepreneure multilingue. Son approche est claire, ancrée et incisive, au croisement de la santé émotionnelle, du leadership et de la transformation humaine.

Après avoir fondé son propre cabinet de coaching — où elle associe la psychologie à l'accompagnement assisté par le cheval — elle a également cofondé une start-up en pleine croissance, où elle dirige une équipe et contribue activement au développement stratégique et humain.

Elle est reconnue pour sa pensée affûtée, son intuition rapide et sa capacité à aller droit au but. Elle crée des espaces puissants, propices à des transformations profondes, ciblées et durables.



CHF 3'500.- tout inclus :
(Hotel, F&B)



Langue : Français
8 - 12 participants

