

WALK~THINK~TALK®

INTÉRÊT POUR VOTRE ACTIVITÉ OU VOTRE ENTREPRISE

WALK~THINK~TALK® A POUR EFFET DE...

- Renforcer les compétences des collaborateurs et des professionnels.
- Encourager l'engagement et la motivation pour atteindre les objectifs
- Favoriser la communication interne dans la durée
- Redonner du plaisir dans le travail

Le Counsellor WALK~THINK~TALK® est un véritable partenaire de votre entreprise. Il agit dans l'intérêt de l'entreprise et le respect de valeurs professionnelles : déontologie, confidentialité, neutralité, non-jugement.

*Perte de sens,
pensée fragmentée, manque de
concentration, fatigue chronique...*

*Comment mieux gérer mon stress pour avoir une
meilleure efficacité et des relations
apaisées ?*



*Let's go
WALK~
THINK~
TALK !*

WALK~THINK~TALK®

COUNSELLORS RÉFÉRENTS WT2



ANNECY, GENÈVE, LAUSANNE
Sébastien CHARLE FOURNIL
Tél. +33 (0) 6 13 91 97 14



BORDEAUX, LIBOURNE, ANGOULÊME
Isabelle DIMA
Tél. +33 (0) 6 22 29 36 28



LUXEMBOURG
Eliane FUCHS
Tél. +352 621 365 175



NANTES, PARIS
Gilles BOULAY
Tél. +33 (0) 6 19 69 28 95



PARIS, STRASBOURG
Thierry DUDREUILH
Tél. +33 (0) 6 51 66 57 47.

<https://www.Empowerment-Labs.com>

EMPOWERMENT-LABS EST UN DÉPARTEMENT DE
LEADING-EDGE SWISS MEDIATION SERVICES SÀRL (CHF 20K)
RUE DE LA FAÏENCERIE, 2 - CH-1227 CAROUGE (GE) SUISSE
RC GE SARL 05296/2010 - CHE-115.543.149 TVA

PRENDRE RENDEZ-VOUS POUR UN SÉANCE D'ESSAI

Tél. : +352 671 530 325

Courriel : contact@Empowerment-Labs.com



WALK~THINK~TALK®

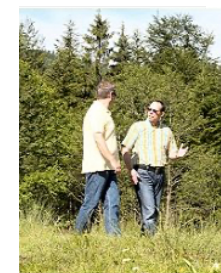
WALK~THINK~TALK® est un programme d'accompagnement de collaborateurs ou de professionnels en situation de tension.

Il se fonde sur la synergie entre les activités physique (la marche) et mentale (le 'Logos', à la fois parole et pensée).

Pédagogique et complet, il permet aux collaborateurs d'identifier et de mettre en œuvre des stratégies et des leviers d'excellence en vue d'atteindre leurs objectifs professionnels.

La force du WALK~THINK~TALK® réside dans la conjonction de la parole et du

mouvement, qui stimule les capacités sensorielles et intellectuelles, élargit le champ de réflexion, développe la créativité et la motivation.



WALK~THINK~TALK®

PROGRAMME D'ACCOMPAGNEMENT PERSONNALISÉ EN TROIS PHASES, AVEC OBJECTIF ET BILAN

OBJECTIF & ADAPTATION (2 À 3 SÉANCES)

- Cerner ses difficultés et se ressourcer mentalement et physiquement

ACTION (3 À 4 SÉANCES)

- Prendre conscience de son mode de fonctionnement personnel
- Apprendre à mieux utiliser ses compétences propres

BILAN & MAINTIEN (3 À 4 SÉANCES)

- Consolider les acquis du programme et les appliquer dans son contexte professionnel



OBJECTIFS

MOTIVATION

- Renforcer la confiance en soi
- Donner du sens à ses activités
- Développer son potentiel

CHANGEMENT

- Adaptation et flexibilité
- Gestion du changement

COMMUNICATION

- Améliorer son image et son relationnel
- Faire face aux situations de crise

RELATIONNEL

- Gestion des conflits, du stress, du burnout
- Relations inter-générationnelles et interculturelles



WALK~THINK~TALK®

WALK~THINK~TALK®

FONDEMENTS SCIENTIFIQUES

- La synergie entre l'activité mentale et l'activité physique favorise, de manière immédiate et dans la durée, l'intégration rapide de nouveaux mécanismes, comportements et aptitudes
- Sortir de son cadre habituel de travail permet d'élargir son champ de réflexion
- L'intelligence émotionnelle précédant et stimulant l'intelligence cognitive, l'activité physique dans un cadre naturel et informel favorise la créativité et le processus d'assimilation et de consolidation des acquis.

