



livret D'ACCUEIL

Formation- Bilan de compétences- Coaching
Hypnose - EMDR - EFT - Ennéagramme

www.desailesconsulting.world

DES AILES CONSULTING : *Notre vision*



Des Ailes Consulting est spécialisé dans **l'accompagnement personnalisé des entreprises et des particuliers.**

Notre organisme de formation certifié Qualiopi, propose un ensemble de services : formations, bilan de compétences, coachings et masterclass sur mesure afin de répondre au mieux à vos besoins.

Les accompagnements **à distance ou en présentiel** (selon vos besoins) sont dispensés par notre formatrice/consultante/coach professionnelle et qualifiée qui saura répondre à vos attentes et vous accompagnera sur le chemin de la transformation

Après un entretien préalable vous recevrez la proposition en adéquation avec vos besoins.

Que ce soit pour de la formation , du coaching ou un bilan de compétences vous pourrez accéder à nos services en toutes sérénité.

NOS MAITRE MOTS : LA TRANSFORMATION ET LA TRANSMISSION

Nous vous accompagnerons pour prendre votre envol avec bienveillance et bonne humeur pour des résultats optimaux.

Nous vous laissons découvrir nos formules sur mesure...

LES 4 CHEMINS PROPOSES

Des Ailes Consulting

1

FORMATIONS

- Choisissez parmi nos 4 formations celle qui vous correspond pour acquérir de nouvelles compétences professionnelles.
- Au programme :
 - 1.Prise de parole en public
 - 2.Communication non violente
 - 3.Management Niveau 1
 - 4.Coach holistique
- Des formations à distance pour une meilleure flexibilité ou en présentiel dans votre entreprise ou dans un espace dédié

2

BILAN DE COMPETENCES

- Utilisation d'outils d'évaluation pour identifier les compétences, les aptitudes, les intérêts et les motivations du bénéficiaire.
- Analyse des expériences professionnelles passées et des réalisations significatives.
- Exploration des valeurs, des aspirations et des facteurs de motivation.
- Identification des potentiels et des axes de développement
- Missions interséances

3

COACHING

- Individuel ou en groupe
- Accompagnement coaching personnalisé sur le plan personnel et professionnel
- Libérez vous des émotions négatives et des croyances limitantes, retrouvez confiance en vous et de l'estime pour vous, Reconnectez vous avec votre enfant intérieur, améliorez votre communication, changez d'état d'esprit, bref transformez vous
- Liliane votre coach accompagne également vos équipes pour une meilleure cohésion et communication

4

SUR MESURE

- Séance de coaching individuelle sur mesure rien que pour vous
- Hypnose (addiction, tabac, poids, régression...)
- EFT (technique de libération émotionnelle)
- EMDR (traitement des mémoires traumatiques)
- PNL (programmation neurolinguistique)
- Ennéagramme

Après un entretien approfondi votre accompagnement personnalisé pourra commencer

VOTRE FORMATRICE, COACH & CONSULTANTE



Je suis Liliane et je suis passionnée par l'ETRE NUMAïn depuis près de 20 ans...

Après une école de commerce et différents postes en tant que DRH et DAF (pendant plus de 15 ans) j'ai décidé de me recentrer sur l'ETRE dans tout ce qu'il a de plus unique et extraordinaire.

Je suis devenue coach en transformation personnelle et professionnelle certifiée et j'accompagne mes client.e.s dans leur épanouissement, questionnement sur la confiance en soi, la motivation, les croyances, l'enfant intérieur, le couple...

Je suis formatrice dans les métiers de la communication, du développement des softs skills, de la relation client et de la prise de parole en public.

Je suis consultante en bilan de compétences et j'aide les bénéficiaire à trouver leur future orientation professionnelle.

Et enfin je suis hypnothérapeute et praticienne EFT, PNL et EMDR (oui, oui tout ça à la fois 😊).

Ma mission depuis plus de 7 ans est de vous accompagner à trouver votre voie/voix avec l'aide de l'écoute, du partage, des neurosciences, de la psychologie, l'EFT, de l'hypnose et de la positive attitude.

DES FORMATIONS

www.desailesconsulting.world

VOS FORMATIONS

Chez Des Ailes Consulting, nous croyons en la puissance de l'apprentissage pour transformer vos rêves en réalité et vos compétences en succès.

Au travers de 3 **formations**, nous vous proposons une montée en compétences adaptée aux besoins professionnels d'aujourd'hui.

Notre formatrice passionnée et expérimentée est là pour vous guider tout au long de votre parcours. Elle vous accompagnera avec **bienveillance et bonne humeur**, vous stimulera pour dépasser vos limites et vous inspirera à réaliser **votre plein potentiel**.

Ce qui nous rend uniques, c'est **notre approche centrée sur l'HUMAIN**. Grâce à nos méthodes interactives, nos études de cas réels et nos outils pédagogiques, vous vivrez une **expérience formatrice enrichissante et gratifiante**.

Pour qui ?

Nos formations sont conçues pour être **flexibles et accessibles** à tous, quel que soit votre emploi du temps ou votre lieu de résidence puisqu'elles sont dispensées à **100% en ligne**. Un format **en présentiel** est également possible dans votre entreprise ou un lieu dédié dans toute la France.

Toutes nos formations donnent lieu à la remise d'un **certificat de réalisation** aux participants. Lancez vous dans l'aventure avec Des Ailes Consulting.



LES 3 FORMATIONS

Des Ailes Consulting

1

FORMATION COMMUNICATION NON VIOLENTE

- Durée : 2 jours
- Prix : 1999€ HT
- Prix intra : 4199€ HT (6 à 10 pax)
- Comprendre en profondeur les principes et les compétences de la CNV
- Apprendre à appliquer la CNV dans différentes situations de communication.
- Développer des compétences en résolution de conflits grâce à la CNV.

2

FORMATION PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

- Durée : 2 jours
- Prix : 1999€ HT
- Prix intra : 4199€ HT (6 à 10 pax)
- Développer la confiance en soi et la maîtrise de la communication verbale et non verbale.
- Acquérir des compétences de communication efficaces
- Améliorer les compétences d'écoute active et de gestion du stress et du trac.
- Utiliser des techniques de narration captivantes pour engager l'auditoire....

3

FORMATION DE COACH HOLISTIQUE

- Durée : 9 mois
- Séance hebdomadaire de 2h
- Prix : A partir de 3900€ HT
- Devenez un coach holistique
- Apprenez sur vous même et sur les autres au travers de cette formation interactive et complète
- Prenez la posture de coach
- Comprenez les techniques de questionnement
- Accompagnez des clients dans toutes les sphères de l'Etre Humain (physique, mental, émotionnel, spirituel...)

FORMATION COMMUNICATION NON VIOLENTE

Durée	• 14h réparties sur 2 jours
Public visé	• Tout public
Prix	• Individuel : 1999€ HT • Intra : 4199€ HT (entre 6 et 10 pax)
Format	• A distance ou en présentiel dans votre entreprise • Synchrones ou Asynchrones
Prérequis	• Aucun prérequis nécessaire pour cette formation

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Apport théorique sur le principe de la CNV
- Mise en place de jeu de rôle
- Réflexions individuelles ou de groupe guidées par l'animateur
- Dispositif de formation structuré autour du transfert des compétences
- Formation favorisant l'engagement du participant pour un meilleur ancrage des enseignements

OBJECTIFS

- Comprendre en profondeur les principes et les compétences de la Communication Non Violente.
- Apprendre à appliquer la CNV dans différentes situations de communication.
- Développer des compétences en résolution de conflits grâce à la CNV.

EVALUATION

L'évaluation est la garantie de la qualité et de l'efficacité du transfert de compétences durant le parcours et par un questionnaire. En présentiel ou distanciel, en synchrone ou asynchrone, pendant ou à l'issue du parcours, la réussite de l'évaluation donnera lieu à un certificat de réalisation.

PROGRAMME : COMMUNICATION NON VIOLENTE

Jour 1

1- Introduction et fondamentaux de la CNV

- Présentation approfondie des principes de la Communication Non Violente.
- Exploration des 4 composantes essentielles de la CNV : observation, sentiment, besoin, demande.
- Exercices en binômes pour mettre en pratique les composantes de la CNV.

2- Écoute active et Empathie

- Approfondissement des techniques d'écoute active et de validation des émotions.
- Exercices de groupe pour développer les compétences en écoutant activement et en exprimant de l'empathie.
- Discussion sur l'importance de l'empathie dans les relations interpersonnelles.

3 - Expression des besoins et Demande claire

- Exploration approfondie de l'identification et de l'expression des besoins personnels.
- Activités pratiques pour formuler des demandes claires, spécifiques et respectueuses.
- Mise en pratique des techniques de communication non violente dans des scénarios réels.

Jour 2

4 - Gestion des émotions

Techniques de gestion des émotions basées sur la CNV.
Exercices individuels et en groupe pour explorer et exprimer les émotions de manière constructive.
Discussion sur l'impact des émotions dans la communication et la résolution de conflits.

5 - Résolution constructive des conflits

Techniques avancées de résolution de conflits basées sur la CNV.
Jeux de rôle pour explorer différentes situations de conflit et mettre en pratique la CNV.
Réflexion sur les stratégies pour transformer les conflits en opportunités de connexion.

6 - Intégration et Plan d'action personnel

Réflexion individuelle sur l'apprentissage de la formation et les domaines d'application de la CNV.
Élaboration d'un plan d'action personnel pour intégrer la CNV dans la vie quotidienne

7 - Conclusion et Récapitulation

Récapituler les enseignements clés de la formation sur la CNV.
Encourager les participants à partager leurs expériences et à poser des questions supplémentaires.
Bilan individuel pour chacun des participants.
Points d'amélioration observés et Lacunes à combler

FORMATION PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

Durée	• 14h réparties sur 2 jours
Public visé	• Tout public
Prix	• Individuel : 1999€ HT • Intra : 4199€ HT (entre 6 et 10 pax)
Format	• A distance ou en présentiel dans votre entreprise • Synchrone ou Asynchrone
Prérequis	• Aucun prérequis nécessaire pour cette formation

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Apport théorique sur le principe de la prise de parole en public
- Mise en place de jeu de rôle
- Réflexions individuelles ou de groupe guidées par l'animateur
- Dispositif de formation structuré autour du transfert des compétences
- Formation favorisant l'engagement du participant pour un meilleur ancrage des enseignements

OBJECTIFS

- Développer la confiance en soi et la maîtrise de la communication verbale et non verbale.
- Acquérir des compétences de communication efficaces
- Améliorer les compétences d'écoute active et de gestion du stress et du trac.
- Utiliser des techniques de narration captivantes pour engager l'auditoire.
- Développer des compétences d'improvisation pour faire face aux situations imprévues et aux interruptions
- Utiliser des supports visuels efficacement
- Pratiquer et recevoir des feedbacks

EVALUATION

L'évaluation est la garantie de la qualité et de l'efficacité du transfert de compétences durant le parcours et par un questionnaire. En présentiel ou distanciel, en synchrone ou asynchrone, pendant ou à l'issue du parcours, la réussite de l'évaluation donnera lieu à un certificat de réalisation.

PROGRAMME : PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

Jour 1

- 1: Introduction à la prise de parole en public
 - Présentation du formateur et des participants.
 - Importance de la prise de parole en public dans divers contextes.
 - Identifier les peurs et les obstacles liés à la prise de parole en public.
- 2: Structurer son discours
 - Les éléments clés d'un discours efficace.
 - Introduction à la structure en trois parties (Introduction, Corps, Conclusion).
 - Exercice: Élaboration d'un discours court en utilisant la structure en trois parties.
- 3: Techniques de communication verbale
 - Utiliser un langage clair et concis.
 - Gérer la vitesse et le volume de la voix.
 - L'importance de la modulation et de l'intonation.
 - Exercice: Pratiquer différents styles de livraison de discours.
- 4: Techniques de communication non verbale
 - L'importance du langage corporel et de la gestuelle.
 - Maintenir une posture confiante et ouverte.
 - Utiliser le contact visuel pour renforcer son message.
 - Exercice: Jeux de rôle pour améliorer la communication non verbale
- 5: Gestion du stress et de l'anxiété
 - Identifier les sources de stress avant et pendant un discours.
 - Techniques de relaxation et de gestion du trac.
 - Préparation mentale pour aborder la prise de parole avec confiance.

Jour 2

- 46: Engager son public
L'importance de captiver l'attention dès le début. Utiliser des anecdotes et des histoires pour rendre le discours captivant. Techniques pour impliquer activement le public. Exercice: Présentations courtes avec des stratégies d'engagement.
- 7: Gérer les questions et les interruptions
Préparation pour les questions du public. Comment répondre de manière claire et précise. Gérer les interruptions et les situations difficiles. Exercice: Répondre à des questions difficiles lors de simulations.
- 8: Utilisation visuelle et supports audiovisuels
Le bon usage des diapositives et des visuels. Créer des supports visuels clairs et attractifs. Intégrer des éléments audiovisuels pour renforcer le discours. Exercice: Créer des diapositives pour accompagner un discours.
- 9: Pratique et répétition
Répéter les discours préparés précédemment. Recevoir des commentaires constructifs du formateur et des pairs. Identifier les points d'amélioration spécifiques à chaque participant.
- 10: Discours final et conclusion
Chaque participant présente son discours final. Feedback personnalisé du formateur et des autres participants. Bilan de la formation et conseils pour continuer à s'améliorer.

FORMATION COACH HOLISTIQUE INCLUSIF

Durée	• 9 mois (de octobre à juin)
Public visé	• Personne en reconversion • Coach, formateurs, psychologues, thérapeutes, métiers du bien-être..
Prix	• 3900€ HT paiement en 1 fois • 4200€ HT paiement en 4 fois • 4800€ HT paiement en 10 fois
Format	• A distance • Synchrone ou Asynchrone
Prérequis	• Aucun prérequis nécessaire pour cette formation

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Apport théorique sur le principe du coaching holistique
- Mise en place de jeu de rôle
- Réflexions individuelles ou de groupe guidées par l'animateur
- Dispositif de formation structuré autour du transfert des compétences
- Formation favorisant l'engagement du participant pour un meilleur ancrage des enseignements

OBJECTIFS

- Comprendre les principaux concepts du coaching holistique
- Acquérir les compétences essentielles pour être un coaching holistique efficace.
- Apprendre à améliorer le bien être général des clients.
- Développer des techniques de questionnement adaptées
- Développer son business

EVALUATION

L'évaluation est la garantie de la qualité et de l'efficacité du transfert de compétences durant le parcours et par un questionnaire. En présentiel ou distanciel, en synchrone ou asynchrone, pendant ou à l'issue du parcours, la réussite de l'évaluation donnera lieu à un certificat de réalisation.

PROGRAMME : COACH HOLISTIQUE

1 - Module 0 : Introduction

- Introduction et présentation du programme
- Présentation des intervenantes
- Présentation des participants.
- Définir le Why

2 - Module 1 : Le coaching Holistique

- Coaching traditionnel vs coaching holistique
- Processus du coach holistique
- Compétences clés du coach
- Les différents types de coaching
- Relation entre le corps, l'esprit et l'âme

3 - Module 2 : Relations croyances, émotions et comportements

- Les croyances
- Les émotions
- Le système nerveux
-

4 - Module 3 : Ecoute active et communication bienveillante

- L'écoute active
- La communication bienveillante
- Les techniques de questionnement

5 - Module 4 : Introspection

- L'identité : qui suis-je?
- La pleine conscience
- Les valeurs
- L'journaling
- La thérapie
- Les techniques complémentaires

6 - Module 5 : Améliorer le bien-être général

- Le physique
- Le mental
- L'émotionnel
- Le psychique

7- Module 6 : Développer son business

- Création d'entreprise
- Marketing et Identité Graphique
- Création d'un site internet
- Réseaux sociaux
- Développement commercial

EXAMEN

Votre bilan DE COMPETENCES

www.desailesconsulting.world

VOTRE BILAN DE COMPÉTENCES

Le bilan de compétences permet d'analyser vos compétences professionnelles et personnelles, vos aptitudes et vos motivations en appui d'un projet d'évolution professionnelle et, le cas échéant, de formation.

Des Ailes Consulting propose **des programmes sur 3 à 4 mois**, spécifiquement conçus pour que vous puissiez saisir l'opportunité de découvrir la suite de votre parcours professionnel dans le cadre d'un accompagnement complet et personnalisé à distance.

Notre approche sur mesure vous assure de progresser à votre rythme et de prendre des décisions éclairées pour votre avenir.

Notre consultante en bilan de compétences vous accompagne tout au long du bilan et adapte sa pédagogie aux besoins du bénéficiaire.

Grâce à des entretiens individualisés, des tests d'évaluation et des exercices stimulants, vous acquerez une vision claire de vos compétences, de vos passions et de vos aspirations.

Ne laissez plus le doute vous retenir, prenez votre envol avec Des Ailes Consulting.

Pour qui ?

Le bilan de compétences 100% en ligne s'adresse :

- à toute personne souhaitant définir un projet professionnel et, le cas échéant, un projet de formation
- aux salariés du secteur privé, aux agents du secteurs public, aux professions libérales et aux demandeurs d'emploi.

Prérequis : Cet accompagnement ne nécessite aucun prérequis et ouverte à tout public y compris en cas de situation particulière. Nous adapterons la formation en fonction de vos besoins.



les objectifs

Le Bilan de compétences a pour objectifs de :

- Définir un projet professionnel et, le cas échéant, un projet de formation
- Faire le point sur son parcours
- Réfléchir à sa dynamique d'évolution personnelle et professionnelle
- Mettre en place un projet d'avenir (reconversion, formation)

Il permet d'(e) :

- Identifier ses aspirations (ses valeurs, ses besoins, sa personnalité)
 - Retrouver du sens au travail et d'améliorer son niveau de satisfaction au travail
 - Prendre du recul par rapport à une ou plusieurs expériences professionnelles
 - Analyser, évaluer et valoriser ses compétences (ses ressources, ses savoirs et ses savoir-faire, ses soft skills, sa valeur ajoutée)
 - Évoluer dans d'autres domaines
 - Engager une réflexion sur ses motivations et ses priorités
 - Identifier les opportunités d'évolution professionnelle
 - Vérifier et valider la faisabilité du projet
-



LE PROGRAMME

Le programme se déroule en 3 phases sur une durée de 24 h +
Suivi à 6 mois :

Phase **1** 4 heures

phase préliminaire

- Accueil et présentation du déroulement du bilan de compétences.
- Explication des objectifs, du cadre légal et des modalités pratiques.
- Signature du contrat
- Recueil des informations sur le parcours professionnel, les motivations et les attentes du bénéficiaire.
- Des tests et d'autres outils affinent la connaissance du profil du bénéficiaire. Le livret d'Accompagnement vous est remis lors de la 1ère séance.

Phase **2** 16 heures

Phase d'investigation

- Utilisation d'outils d'évaluation pour identifier les compétences, les aptitudes, les intérêts et les motivations du bénéficiaire.
- Analyse des expériences professionnelles passées et des réalisations significatives.
- Exploration des valeurs, des aspirations et des facteurs de motivation.
- Identification des potentiels et des axes de développement
- Missions interséances

Phase **3** 4 heures

Phase de conclusion

- Restitution des résultats et des conclusions du bilan de compétences.
- Élaboration d'un plan d'action personnalisé, incluant des objectifs professionnels, des actions à entreprendre et des ressources à mobiliser.
- Remise d'un document de synthèse et d'un exemplaire du plan d'action

Suivi de 30 minutes à 6 mois

Phase de clôture

- Séance de suivi 6 mois après la fin du bilan de compétences pour faire le point sur votre évolution

LE DÉROULÉ

Un accompagnement 100% en ligne

SESSIONS ET SUIVI

- Les sessions se font à distance via un outil de partage type Google Meet, Zoom, Teams
- Le suivi est réalisé sur la base d'un livret d'accompagnement.
- Le livret reprend tous les éléments du Bilan via des rubriques, permettant de regrouper les différents thèmes abordés dans les 3 phases de mise en œuvre.
- Les Sessions durent entre 1h-1h30 et 2h
- Les entretiens sont programmés toutes semaines ou toutes les 2 semaines

LES ECHANGES

- Des échanges guidés par votre coach/consultante certifiée pour vous challenger et vous guider tout au long du bilan grâce à des méthodes et des outils adaptés.
- La consultante adapte sa pédagogie aux besoins et au contexte du bénéficiaire pour un résultat optimal
- Les échanges basés sur l'écoute, la convivialité mais également la confiance et le respect mutuel.
- Tous les échanges restent confidentiels comme stipulé dans notre charte d'engagement

100 % D'INVESTISSEMENT

- Parce qu'un bilan de compétences est avant tout une démarche volontaire, un engagement envers soi même pour faire le point
- Il exige des temps de réflexion, de confrontation, d'analyse et de synthèse, auxquels s'ajoutent les démarches de prospection.
- Tout cette démarche donne lieu à l'élaboration d'un document de synthèse confidentiel qui sera remis au bénéficiaire
- Quelle que soit la formule choisie vos efforts seront payants

LES OUTILS

Différents Tests sont proposés en fonction de votre profil :

- Motivation, Vocation, E-stress, Intérêts professionnels, Intelligence émotionnelle, Immersion..

Evaluation

Pour assurer un suivi individuel, plusieurs types d'évaluation sont mis en œuvre :

- Au cours du bilan de compétences, le(a) bénéficiaire remplit une attestation de présence,
- Des synthèses à chaque fin de rubrique, pour faire un point d'étape et aborder le module suivant avec une vision commune de l'avancement du bilan
- Une évaluation de la satisfaction de chaque stagiaire est réalisée à la fin du bilan.
- Six mois après la fin du bilan, la formatrice reprend contact avec le(a) bénéficiaire pour faire un point sur son projet, ses freins et ses réussites au cours d'un entretien (physique ou téléphonique)



LES FORMULES

3 Formules possibles

FORMULE 1

- 13h de face à face
- 11h de travail dirigé
- Tests

- TARIF : 1950€ HT

Un accompagnement très complet et personnalisé pour répondre au plus près à vos besoins

FORMULE 2

- 15h de face à face
- 9h de travail dirigé
- Tests

- TARIF : 2250€ HT

Un accompagnement adapté pour vous permettre d'élaborer votre projet professionnel

FORMULE 3

- 17h de face à face
- 7h de travail dirigé
- Tests

- TARIF : 2550€ HT

Un accompagnement adapté pour votre projet
Un vrai investissement personnel pour mener à bien votre projet.

MODALITES ET DELAIS D'ACCES

Toute demande de prestation s'accompagne de la transmission d'un devis précisant le montant (TTC) de la prestation, ainsi que ses dates de réalisation.

Le devis est transmis sous format électronique par email ou par voie dématérialisée par le biais de l'application moncompteformation.gouv.fr.

La prestation, après acceptation du devis et signature du contrat ou de la convention de formation, peut démarrer en respectant un délai minimum de 14 jours calendaires.

Pour toute question relative au devis, n'hésitez pas à nous contacter sur l'adresse mail liliane@desailesconsulting.world

Pour le respect du cadre réglementaire du bilan de compétences vous pouvez trouver outre les informations utiles sur l'adresse :

<https://travail-emploi.gouv.fr/formation-professionnelle/droit-a-la-formation-et-orientation-professionnelle/bilan-competences>



Votre COACHING

www.desailesconsulting.world

VOTRE COACHING SUR MESURE

Chez Des Ailes Consulting, nous croyons en la puissance du coaching **pour révéler votre potentiel et transformer votre vie.**

Que vous soyez **un particulier en quête d'épanouissement** ou **une entreprise souhaitant améliorer la communication et la cohésion de ses équipes**, chaque accompagnement est conçu sur mesure **pour répondre à vos besoins.**

Liliane, coach professionnelle et personnelle certifiée, **vous guide avec bienveillance et expertise.** À l'aide d'outils puissants comme l'hypnose, la PNL, l'EFT et l'EMDR, **elle vous aide à lever les blocages, à renforcer votre confiance et à atteindre vos objectifs, qu'ils soient personnels ou professionnels.**

Grâce à une approche personnalisée, vous pourrez **libérer votre plein potentiel, gagner en clarté et avancer avec sérénité.**

Osez la transformation, déployez vos ailes et créez la vie qui vous ressemble.



COACHING DE GROUPE EN ENTREPRISE

La réussite d'une entreprise repose **sur des équipes alignées, engagées et capables de collaborer efficacement.**

Grâce à un coaching sur mesure, nous aidons vos collaborateurs à **développer des compétences essentielles pour un environnement de travail plus serein et performant.**

Dans cette dynamique l'accompagnement collectif intervient pour :

- ♦ **Renforcer la communication et la cohésion d'équipe**
 - ♦ **Améliorer la gestion du stress et des conflits**
- ♦ **Développer l'intelligence émotionnelle et le leadership**
 - ♦ **Accompagner le changement et l'adaptabilité**

Parce que chaque équipe est unique, un audit préalable permet **d'analyser les dynamiques en place et d'identifier les leviers d'amélioration.** À partir de ce diagnostic, nous concevons **un accompagnement personnalisé**, adapté aux défis et objectifs spécifiques de votre entreprise.

Chaque intervention est pensée comme **une expérience de transformation**, où chaque collaborateur repart avec des outils concrets pour évoluer individuellement et collectivement.

Demander votre Devis sur mesure en fonction des besoins spécifiques de votre organisation.



COACHING INDIVIDUEL

Nous traversons tous des périodes de doute, des blocages ou des transitions qui nécessitent un nouvel éclairage.

Que ce soit pour **gagner en confiance, surmonter des peurs, atteindre un objectif ou simplement mieux vous comprendre**, le coaching vous offre un accompagnement sur-mesure pour avancer sereinement.

C'est dans cette dynamique que le coaching individuel intervient :

- ♦ **Renforcer la confiance en soi et l'estime de soi**
- ♦ **Dépasser les croyances limitantes et surmonter les blocages**
- ♦ **Gérer le stress et les émotions pour plus de sérénité**
- ♦ **Clarifier ses objectifs et construire un projet aligné avec ses aspirations**

Parce que chaque personne est unique, **un temps d'échange initial** permet d'identifier vos besoins et de construire un accompagnement personnalisé, adapté à votre parcours et à vos défis personnels.

Chaque séance est pensée comme **une expérience de transformation**, où vous repartez avec des outils concrets pour évoluer à votre rythme et en toute confiance.

Coaching en ligne ou en présentiel, adapté à votre situation et à vos objectifs.



QUELS SUJETS ABORDER?

Le coaching que vous allez démarrer avec **Des Ailes Consulting** va vous permettre d'aborder différents sujets qu'ils soient sur **le plan personnel ou professionnel**.

Après **un entretien** avec votre coach, elle élaborera un programme adapté à vos besoins. Sa bienveillance, son enthousiasme et son professionnelle seront la clé de voute de **votre transformation et de votre dépassement**.

Les sujets possibles sont innombrables mais en voici une liste non exhaustive :

- Confiance / Estime / Amour de soi
- Identité (Qui suis-je?, mes valeurs, la place dans le monde / la société...)
- Relation de couple / familiale / amicale / parentale
- Définition des objectifs
- Croyances limitantes / Critique intérieur
- Transgénérationnel
- Enfant intérieur
- Gestion des émotions (stress, colère, peur, culpabilité...)
- Traumatismes / Se libérer du passé
- Changer d'état d'esprit (gratitude, ancrage...)
- Améliorer ses compétences professionnelles (prise de parole, leadership, management...)
-

Liliane saura vous guider quelle que soit votre problématique et utiliser les outils nécessaires (EFT, PNL, Hypnose, EMDR...) pour vous aider à vous dépasser.
N'hésitez pas à prendre contact avec elle pour plus de renseignements



A QUI S'ADRESSE LE COACHING?



Etudiant.e.s

Il n'est jamais trop tôt pour se poser **les bonnes questions**.

Que vous ayez des doutes sur votre futur professionnel, un manque de confiance en vous, l'impression de ne jamais en faire assez ou d'être assez. Commencez **votre développement personnel** grâce à un coaching personnalisé. A vous de jouer...



Salarié.e. / Entrepreneur.e

Il est temps de reprendre **confiance en vous**, d'avoir de **l'estime** et de **l'amour** pour vous, de balayer vos **croyances limitantes**, de reconnecter avec votre **enfant intérieur**, de savoir enfin qui vous êtes et d'atteindre les **objectifs** que vous vous êtes fixés. Prenez enfin ce temps pour aller à votre rencontre et faire de vous **la personne la plus importante de votre** vie pour vous transformer.



Formules sur mesure

Vous souhaitez seulement **une heure de coaching** pour trouver des réponses à un sujet précis, vous voulez vous libérer de vos émotions négatives par **l'EFT**, de vos traumatismes avec **l'EMDR** ou d'une addiction avec **l'hypnose**, vous pouvez demander un devis sur mesure pour toutes ses demandes spécifiques.

VOTRE COACHING

Formules particuliers : Salarié.e/Entrepreneur.e

ACCOMPAGNEMENT
DE 2 MOIS

2500€ HT

- ✓ Accompagnement individualisé
- ✓ 10 séances
- ✓ 1-1h30 par séance
- ✓ Maximum 12h de coaching

ACCOMPAGNEMENT
DE 3 MOIS

3000€ HT

- ✓ Accompagnement individualisé
- ✓ 12 séances
- ✓ 1-1h30 par séance
- ✓ Maximum 14h de coaching

ACCOMPAGNEMENT
DE 4 MOIS

3400€ HT

- ✓ Accompagnement individualisé
- ✓ 14 séances
- ✓ 1-1h30 par séance
- ✓ Maximum 16h de coaching

VOTRE COACHING

>>>>>>>>>> Formules Particuliers : Etudiant.e <<<<<<<<<<<

ACCOMPAGNEMENT
DE 2 MOIS

1500€ HT

- ✓ Accompagnement individualisé
- ✓ 10 séances
- ✓ 1-1h30 par séance
- ✓ Maximum 12h de coaching

ACCOMPAGNEMENT
DE 3 MOIS

1700€ HT

- ✓ Accompagnement individualisé
- ✓ 12 séances
- ✓ 1-1h30 par séance
- ✓ Maximum 14h de coaching

ACCOMPAGNEMENT
DE 4 MOIS

1900€ HT

- ✓ Accompagnement individualisé
- ✓ 14 séances
- ✓ 1-1h30 par séance
- ✓ Maximum 16h de coaching

les Plus DES AILES CONSULTING

www.desailesconsulting.world

LES OUTILS COMPLEMENTAIRES

1

PNL

La programmation Neurolinguistique est utilisée lors des coachings pour explorer votre mental et modifier votre comportement et votre modèle de pensée.

2

HYPNOSE

L'hypnose est un état modifié de conscience qui permet au coaché de se relaxer, de lâcher prise pour donner accès à l'inconscient et opérer des changements positifs dans sa vie.

3

EFT

Cette technique de libération émotionnelle permet de stimuler certains points d'acuponcture afin de vous soulager des émotions négatives pour un bien-être émotionnel et mental

4

EMDR

Cette approche thérapeutique aidera le coaché à traiter les traumatismes psychologiques par une stimulation bilatérale. Une vraie libération pour avancer sur votre chemin

5

ENNEAGRAMME

L'Ennéagramme est un outil de connaissance de soi basé sur 9 typologies de personnalités, chacune avec ses motivations profondes, ses peurs et ses forces. En comprenant votre profil, vous identifiez vos schémas de pensée, vos comportements instinctifs et les leviers qui vous permettront d'évoluer, tant sur le plan personnel que professionnel.

HYPNOSE

Hypnose - Transformez votre inconscient pour un changement positif

L'hypnose est une approche douce et naturelle qui permet de dialoguer avec l'inconscient afin de modifier des comportements, des émotions ou des pensées limitantes. Grâce à un état de relaxation profonde, vous accédez à vos ressources intérieures pour initier un changement durable.

L'hypnose peut vous aider à :

- ✓ Réduire le stress, l'anxiété et les troubles du sommeil
- ✓ Se libérer des addictions et des comportements compulsifs
- ✓ Améliorer la confiance en soi et la gestion des émotions
- ✓ Surmonter les phobies et les blocages inconscients

Liliane, votre hypnopratricienne, vous accompagne avec écoute et bienveillance pour vous aider à atteindre vos objectifs en toute sérénité.

Faites le premier pas vers un mieux-être en réservant votre séance !



EMDR

EMDR - Libérez-vous des traumatismes et des blocages émotionnels

L'EMDR (Désensibilisation et Retraitement par Mouvements Oculaires) est une approche thérapeutique reconnue pour traiter les traumatismes, les blocages émotionnels et les souvenirs douloureux.

Grâce à **des stimulations bilatérales** (mouvements oculaires, sons ou tapotements), cette méthode permet de retraiter les événements passés et de diminuer leur impact émotionnel.

Pourquoi choisir l'EMDR ?

- ✓ Atténuer les effets des traumatismes et des chocs émotionnels
 - ✓ Améliorer la gestion du stress et de l'anxiété
- ✓ Renforcer la confiance en soi et le bien-être émotionnel
 - ✓ Dépasser les phobies et les peurs limitantes

Liliane, **votre praticienne EMDR**, vous accompagne avec bienveillance pour transformer vos blessures en force et avancer sereinement.

Prenez rendez-vous dès aujourd'hui pour avancer vers un mieux-être durable !



EFT

EFT - Libérez vos émotions et retrouvez l'équilibre

L'EFT (Emotional Freedom Technique) est une méthode psycho-énergétique qui permet d'apaiser les émotions négatives en stimulant des points d'acupuncture par de légers tapotements.

En rééquilibrant le système énergétique, l'EFT aide à **libérer les blocages émotionnels** et à **retrouver un état de sérénité**.

Quels sont les bienfaits de l'EFT ?

- ✓ Réduction du stress, des angoisses et des peurs
- ✓ Amélioration de la gestion des émotions et des traumatismes
- ✓ Renforcement de la confiance en soi et de l'estime de soi
- ✓ Libération des schémas limitants et des croyances négatives

Liliane, **votre praticienne EFT**, vous guide avec douceur et expertise vers une **libération émotionnelle durable**.



ENNEAGRAMME

Ennéagramme - Mieux se connaître pour mieux avancer

L'enneagramme est un **puissant outil de connaissance de soi qui repose sur 9 types de personnalité**. Il permet de mieux comprendre ses forces, ses motivations et ses schémas de fonctionnement pour améliorer ses relations et son développement personnel.

Pourquoi explorer l'enneagramme ?

- ✓ Identifier son type de personnalité et ses modes de pensée
- ✓ Mieux gérer ses émotions et ses interactions avec les autres
- ✓ Développer son potentiel et ses capacités de leadership
- ✓ Trouver un alignement entre ses valeurs et ses objectifs de vie

Liliane, votre accompagnante en Ennéagramme, vous aide à décrypter votre personnalité et à révéler votre plein potentiel à travers un accompagnement sur-mesure.

Découvrez votre profil et bénéficiez d'un accompagnement personnalisé pour mieux vous épanouir !



TARIFS

Services	TARIFS
HYPNOSE	• 150€/H • Durée 1h-1h15 • 1ère séance prévoir 1h30
EMDR	• 100€/H • Durée 1h-1h15 • 1ère séance prévoir 1h30
EFT	• 100€/H • Durée 1h-1h15 • 1ère séance prévoir 1h30
ENNEAGRAMME	• Formule à 699€ • 7 séances de 1h-1h15

Votre FINANCEMENT

www.desailesconsulting.world

COMMENT FINANCER VOTRE ACCOMPAGNEMENT?

De nombreux financements sont possibles en fonction de l'accompagnement que vous recherchez.

Chez Des ailes Consulting nous vous accompagnons dans cette démarche et vous aiguillons sur **le meilleur plan de financement** pour vous. après notre entretien préalable.

Vous pourrez trouver toutes les possibilités de financements [ici](#)

Pour **vos coachings et accompagnements particuliers** nous vous invitons à vous rapprocher de votre coach afin de découvrir les modalités de financement les plus adaptées pour vous. De nombreuses solutions s'offrent à vous

N'hésitez pas à prendre contact avec nous pour plus de renseignements.



les TÉMOIGNAGES

www.desailesconsulting.world

TÉMOIGNAGES

Evelyne Fureix

Secrétaire
Consuel- Limoges

Liliane est une formatrice très dynamique et très à l'écoute. Elle fait du bien et apaise les gens c'est mon ressenti

Anastasie Saint-Mexant

Responsable Ressources Humaines
Eneria - Monthéry

Liliane DJOUMESSI a été une véritable bénédiction pour moi et ce dès notre première rencontre. Elle m'a permise de m'accepter telle que je suis et d'être encore plus fière de celle que je suis devenue. Elle a les mots, l'oreille attentive et non critique que l'on attend. Elle met le doigt là où il faut et ce tout en douceur.

J'ai trouvé en elle une aide et un accompagnement précieux. Elle m'a permise de remettre les choses dans leur contexte, à leur place. Je suis contente que le hasard l'ait placée sur ma route. Comme quoi, il fait vraiment bien les choses ce hasard.

Comme je le disais en introduction, une vraie bénédiction.

Faites-lui confiance, vous ne le regretterez pas 😊

Emilie Ruellan-Birocha

Project Manager
Vertuo- Neuilly sur Seine

Une expérience extraordinaire, Liliane est juste la coach que tout le monde rêve d'avoir.

Elle est à l'écoute et propose des outils qui permettent d'avancer.

Je vous la recommande les yeux fermés.
Merci encore Liliane pour tout !

Déborah Quin-Ouro

Project Manager Diagnostic Imaging
GE HealthCare - Buc

Je remercie infiniment Liliane pour sa bienveillance et surtout ce coaching. Elle m'a appris à trouver une raison de sourire même quand je sens que tout ne se déroule pas comme je veux, également elle m'a appris à célébrer mes petites victoires du quotidien et à être fière de mon Africanité.

Cyrille Gendre

Secrétaire
Consuel- Toulouse

Formation très surprenante par la qualité de son programme, Liliane est réfléchie, tempérée et clairvoyante

Kencie Jean

Responsable RH
Mizuno France - Boulogne Billancourt

J'ai suivi un coaching en développement personnel avec Liliane, que je vous recommande vivement !

Liliane propose un accompagnement complet et flexible. C'est une coach douce, bienveillante, ouverte d'esprit, à l'écoute et sans jugement. Elle met facilement à l'aise, permet des échanges très ouverts et propose des outils intéressants, riches et variés, pour travailler sur soi.

Un grand merci à Liliane !

MERCI POUR VOTRE CONFIANCE

Pour nous contacter :

Tel : +33615363504

Mail : liliane@desailesconsulting.world

Site internet : www.desailesconsulting.world

EURL DES AILES CONSULTING

Conseil, Formation, Coaching, Événementiel

RCS de Nanterre : 951558063 APE : 8559A - N° de déclaration d'activité : 11922616292

liliane@desailesconsulting.world