

30 ans
d'expérience

Management,
conseil RH,
développement
des
compétences,
relation avec les
IRP, recrutement

Coaching
individuel -
Accompagnement
en développement
personnel et
professionnel

Conseil RH
Coaching
Formation

**Mon parcours
professionnel :**
consultant en
Ressources
Humaines - coach
professionnel -
responsable RH

Formée : au
recrutement, à la
gestion du
changement, au
coaching
individuel et
collectif, à la
législation sociale,
à l'animation de
formation



Libertus Coaching
Libérer ses énergies

Mon parcours

J'ai effectué l'essentiel de mon parcours professionnel dans la filière Ressources Humaines. J'ai dans un premier temps développé une expertise dans l'administration et la gestion du personnel et ai ensuite évolué plus spécifiquement dans les ressources humaines, en prenant en charge les opérations de recrutement, de formation, de développement des compétences et de gestion des Instances Sociales dans une entreprise de grande distribution. Passionnée par l'accompagnement individuel, j'ai professionnalisé ma pratique en suivant une formation certifiante en coaching (individuel et équipe) et développe depuis un an une activité de coach professionnel et de consultante en ressources humaines. Je suis membre de la Fédération Internationale de Coaching (ICF).


Ma spécificité

Vous accompagner afin que vous puissiez atteindre les objectifs que vous vous êtes fixés, tant sur un plan personnel que professionnel. Ecoute active, bienveillance, professionnalisme, respect du code déontologique de la profession et de la fédération vous garantissent une prestation individualisée de qualité, respectant votre intégrité et votre dimension humaine.

Pourquoi faire appel à un coach professionnel ?

Vous souhaitez :

- développer votre confiance en vous,
- mieux communiquer avec vos proches et/ou vos collègues de travail,
- vous sentir plus à l'aise dans votre nouveau poste,
- (re)trouver un équilibre entre vie personnelle et vie professionnelle,
- vivre pleinement votre vie de manière épanouie ?
- changer de métier et être sûr(e) de votre choix ?



Le coaching peut vous aider !

Vous avez un projet et ne savez pas par où commencer ?

Vous partez bientôt à la retraite et cette perspective vous inquiète ?

Vous êtes confronté(e) à un obstacle, une prise de décision, une situation complexe et vous voulez trouver une solution ?

Vous créez votre entreprise et vous vous sentez parfois seul(e) et démun(e) face aux nombreuses contraintes et difficultés qui sont sur votre route ?

Qu'est-ce que le coaching ?

Le coaching est une relation d'accompagnement personnalisé qui tient compte de tous les domaines de vie : personnel, familial, professionnel, affectif, social. Le coaching peut être utile dans la vie quotidienne (prise de décision, clarification de situation, relations difficiles, manque de confiance en soi ou d'affirmation de soi, ...) et dans la vie professionnelle (promotion, prise de poste, recherche d'un emploi, préparation à un entretien de recrutement ou d'évaluation, relations avec le hiérarchique ou au sein de l'équipe...)

Le coaching accompagne le changement, il permet de rester positif, de garder la direction de l'objectif et ce même dans les phases de turbulence ou de confusion. Avec son coach, le client prend conscience de ses forces et de son potentiel de réussite ; il apprend à les développer et à aller dans le sens de la réalisation de son projet de vie personnel ou professionnel. Le coach n'est ni un formateur, ni un consultant, ni un thérapeute. Client et coach sont partenaires tout le long du chemin qu'ils vont parcourir ensemble.

Que se passe-t' il pendant une séance de coaching?

Vous arrivez avec votre demande. Par mes questions, je vous amène à comprendre votre problématique et à la traduire en des termes clairs. Il vous est alors plus simple de trouver des angles de vue différents pour l'appréhender. Par rapport à votre objectif, je stimule votre réflexion et votre conscience des choses. Au fur et à mesure de la séance, nous décidons ensemble d'une ou plusieurs mises en action concrètes et établissons un délai d'accomplissement. Un feed-back réciproque clôture la séance.

A quoi vous attendre pendant un coaching ?

- A découvrir vos forces, vos valeurs, vos modes de pensée, vos limites.
- A prendre des décisions.
- A faire des choix et élaborer des actions à mettre en œuvre.
- A modifier votre comportement.

Au cours du coaching, vous intégrez progressivement de nouvelles habitudes et façons d'agir pour aller vers la concrétisation de votre objectif.

A travers le processus, vous approfondissez vos connaissances et améliorez vos performances.

Prestations et Tarifs

- Premier entretien de 30 minutes gratuit (prise de contact), à l'issue duquel un contrat est établi si nous décidons d'entamer une relation de coaching
- Puis entretiens individuels en face à face d'une durée d'une heure à une heure et demie – rendez-vous possibles en soirée ou le samedi
- Séance de prise de contact gratuite
- Tarif des séances suivantes : 80 euros de l'heure
- Personnes sans activité professionnelle (étudiants, recherche d'emploi, retraités...) : 60 euros de l'heure
- Modalités de paiement adaptables en fonction des situations individuelles
- Paiement à chaque séance en espèces ou par chèque



Libertus Coaching
Libérer ses énergies

Muriel Duquesnoy – Delepierre
libertus.coaching@gmail.com

16 place Gambetta
07-87-10-79-14

59290 Wasquehal
www.libertus-coaching.fr

Membre du groupement d'entrepreneurs Grands Ensemble à Lille - SIRET 488 458 969 00059
