



Véronique Lauvergeat  
Coach

## Bonjour et bienvenue



Véronique Lauvergeat  
Coach à Orléans et à Paris

Entreprises & Particuliers  
Développement Personnel & Professionnel  
Communication & Management des Talents

+33 (0)6 07 28 73 18  
veronique.lauvergeat@coach-partenaire.com  
www.coach-partenaire.com

« Il suffit d'un souffle pour tout faire bouger. »  
Julien Gracq

**Un coach partenaire...  
éveilleur, entraîneur, supporter...  
passeur à l'acte, agitateur d'idées,  
vecteur d'énergie et catalyseur  
de projets**



# Sommaire

## Le coaching ?

- Qu'est-ce que le coaching ? p 3
- Comment ça se passe ? Pour qui ? p 4
- Espace du coaching, Responsabilités, Code de déontologie p 5

## Les particuliers

- Coaching destiné aux particuliers p 6
- Pour quoi ? p 7
- Modalités p 8

## Les entreprises

- Coaching destiné aux entreprises p 9
- Pour quoi ? Processus p 10
- Modalités p 11

## Votre coach

- Mon parcours
- Mes principales réalisations p 12



# Un temps pour vous

**Un coach partenaire pour une démarche dynamique, inconditionnellement tournée vers l'action.**

Je vous offre un cadre de travail, une présence attentive, respectueuse et confiante, en tant que professionnel de l'accompagnement, centré sur votre dialogue personnel dans un processus unique et **bâti sur mesure...** une démarche résolument interactive pour :

- **mobiliser vos ressources, booster votre énergie,**
- **provoquer l'action, générer le mouvement... une évolution,**
- **voire une transformation.**

En tant que **coach partenaire**, je vous accompagne dans la clarification de ce qui est présent et vrai pour vous, la définition de ce que vous voulez obtenir et accomplir vraiment, la gestion de vos ambiguïtés et de vos paradoxes, l'émergence de vos prises de conscience et la transformation de certaines de vos représentations.

Vous pourrez **créer de nouveaux choix en conscience et en confiance**, élaborer des solutions très personnelles et originales, concevoir des plans d'actions et réussir de nouveaux projets qui vous permettront de **réconcilier ce que vous savez et ce que vous voulez faire de votre avenir personnel et professionnel.**

Mon coaching est un coaching **direct, pragmatique et créatif, ouvert sur le monde**, quels que soient les métiers, les statuts, les rôles...

**C'EST LÀ, MA CONTRIBUTION !**



Véronique Lauvergeat  
Coach

# Le coaching ?

« Un voyage de mille lieues commence toujours par un premier pas. » Lao-Tseu

## Qu'est-ce que le coaching ?

**Le coaching est une démarche de développement personnel et professionnel.**

C'est l'accompagnement d'une personne pour l'atteinte d'un ou plusieurs objectifs dans un espace temporel dédié et dans un **cadre strictement confidentiel**.

C'est un processus basé sur une relation de confiance, conduit par le coach, **centré sur la personne et orienté vers un résultat**, qui permet de développer son potentiel, expérimenter de nouvelles dynamiques relationnelles et mettre en œuvre des évolutions personnelles, voire des transformations.

Le respect de la personne dans son évolution singulière et le développement de son autonomie sont au cœur de ce processus d'accompagnement.

### Le coach :

- vous aide à clarifier votre situation présente et ce à quoi vous voulez aboutir en termes de résultats
- vous permet d'effectuer des prises de conscience
- vous permet de vous connecter à l'ensemble de vos ressources - qualités, compétences, talents,
- vous accompagne pour développer une stratégie et des plans d'actions
- vous éveille à l'ensemble des options qui s'offrent à vous
- vous soutient inconditionnellement dans votre cheminement
- vous confronte si nécessaire à vos engagements ou à votre problématique pour vous faire progresser.

**Ainsi vous trouvez vos propres ressources et vos propres solutions, développez votre conscience et votre connaissance de vous, vivifiez ce qui fait source de joie... augmentez votre liberté, optimisez votre potentialité et votre connexion au monde...**

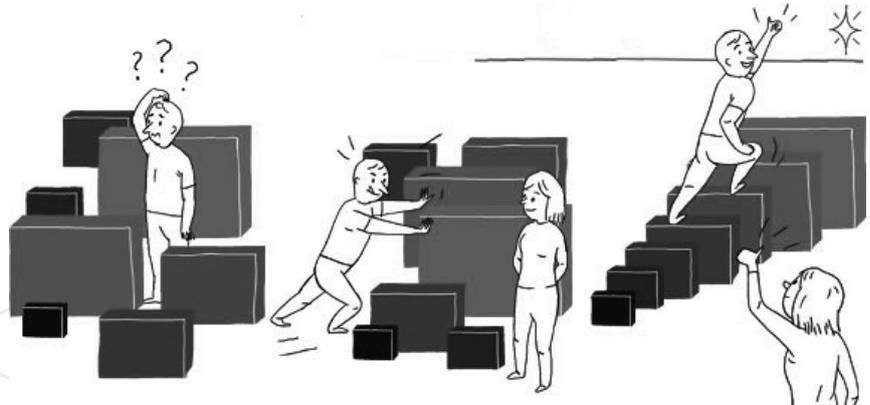
**OSEZ... DIRE, FAIRE et ÊTRE.**



# Comment ça se passe ?

« Agir en homme de pensée et  
penser en homme d'action. »  
Henri Bergson

- Le client contacte le coach pour fixer un rendez-vous.
- Le coach fait parvenir au client une proposition contractuelle afin que ce dernier puisse prendre connaissance de la démarche en amont du premier rendez-vous.
- Lors de la première séance, le coach pose le cadre du travail et clarifie l'objectif du coaching.
- Le coach et le client établiront le plus précisément possible les termes du contrat, le ou les résultats visés.
- Ils établiront le plus clairement possible des indicateurs de résultats qui permettront de valider les succès.
- Ils définiront ensemble les modalités pratiques du coaching : la durée, la fréquence des séances, le lieu et les conditions dans lesquelles elles se dérouleront, ainsi que les tâches en interséances.
- Quand les objectifs sont atteints, une séance de clôture permet de finaliser la démarche de coaching.



## Pour qui ?

« Toute réalisation a d'abord été un  
rêve dans la tête de quelqu'un. »  
Einstein

Mon coaching est un coaching **ouvert sur le monde**, quels que soient les métiers, les statuts, les rôles... quels que soient les âges - juniors ou seniors - **toute personne ayant une demande d'ordre privé ou professionnel.**

Vous êtes **porteur d'un projet** et souhaitez être acteur dans votre environnement.

Vous percevez **la nécessité d'une évolution** dans votre vie personnelle ou professionnelle, dans votre positionnement, vos comportements, vos capacités, dans votre fonction, dans vos différents rôles et vos responsabilités.

Vous souhaitez **(ré)installer une dynamique, résoudre un souci, optimisez votre communication, développez vos performances.** Vous visez un résultat et vous tardez à vous positionner, à passer à l'acte et à réussir à atteindre votre but.

**La démarche de coaching peut être votre premier pas.**



# Espace du coaching

« Il faut créer l'action, parce que l'action crée le mouvement, et que le mouvement entraîne les individus. »  
Christian Le Guillochet

Le coaching se déroule à la convenance du client :

- Dans mes bureaux : ATELIER 292  
292 rue du Château à MAREAU AUX PRES, près d'ORLEANS
- En entreprise
- Dans un lieu public à Paris :  
Lutésia, Royal Monceau... en fonction des nécessités,
- Par téléphone,
- Par skype...

## Responsabilités

Les parties s'engagent à s'impliquer conjointement dans le processus de coaching.

Elles s'engagent au respect mutuel, à la ponctualité et à l'assiduité.

Le coaching étant un processus de développement personnel et professionnel, le client a la responsabilité de ses décisions, de ses résultats et de ses actes.

Le coach a la responsabilité du cadre, de la procédure et du respect de la procédure et du code de déontologie.

## Code de déontologie

La démarche de coaching s'effectue dans le cadre d'une relation paritaire entre le coach et le client.

Le coach est l'expert du processus de coaching ; le client est l'expert de son contenu.

Le coach en tant que **partenaire** est dans la position de comprendre les enjeux de son client.

Le coach est tenu à la confidentialité sur le contenu des échanges. Seul le client pourra en parler à l'extérieur. Toute intervention du coach est exclusivement au service du client. Il s'engage à mettre en œuvre tous les moyens dont il dispose pour permettre l'atteinte des objectifs définis par le client.





Véronique Lauvergeat  
Coach

# Les particuliers

« Ce n'est pas parce que c'est difficile que nous n'osons pas, c'est parce que nous n'osons pas que c'est difficile. » Sénèque

## Coaching destiné aux particuliers

Le coaching aux particuliers ou « life coaching » tel que je le décline est une démarche d'accompagnement individuel dynamique qui prend en compte la personne dans sa globalité et sa complexité.

C'est une démarche **accessible à tous**, centrée sur des objectifs, des actions et des résultats.

Ce travail vise à la croissance, au bien-être et à l'autonomie tout en développant la potentialité de la personne en lien avec son environnement.

Mon coaching est conçu comme :

- **un temps de prise de recul** - un temps de ressourcement et de recentrage
- **un espace de créativité**, d'apprentissage et de résolution
- **un lieu d'expression** libre et de compréhension - sans jugement
- **un atelier** pour se mettre en mouvement, trouver du sens à ce qui se vit au présent et préparer l'avenir.

## Mon rôle en tant que coach partenaire :

Écouter, câliner, questionner, recadrer, ouvrir afin de permettre à la personne de trouver son « pas-sage » et son « style », d'accéder à de nouvelles ressources pour vivre de nouvelles expériences dans un espace de liberté agrandie.



# Pour quoi ?

« Notre meilleure victoire n'est pas dans le fait de ne jamais tomber, mais dans celui de toujours nous relever. »  
Confucius

## Communication et relation

- améliorer sa communication, sa relation aux autres
- s'affirmer davantage dans le respect de soi et développer son assertivité
- gagner en confiance, en estime de soi, développer une image positive de soi
- gérer ses émotions et savoir les utiliser, gérer son stress
- porter un projet à l'oral, prendre la parole en public

## Equilibre de vie

- prendre sa place, intégrer son identité
- améliorer sa qualité de vie, trouver plus d'harmonie, du sens à ce qu'on fait
- concilier ses engagements de la vie personnelle et de la vie professionnelle
- gérer ses priorités, son temps dans le respect de soi
- trouver des ressources pour aider au mieux et accompagner un proche

## Gestion des transitions

- réussir un projet personnel ou professionnel, changer de travail
- réussir dans son positionnement professionnel
- faire un point, un bilan de compétences et de carrière
- réussir son outplacement
- se conforter dans une décision importante
- passer un cap, franchir une étape, gérer des transitions difficiles : séparation, divorce, maladie, deuil, chômage, retraite...
- mettre en route un nouveau projet de vie qui a du sens, relié à ses critères, à ses valeurs, qui prend en compte ses aspirations, ses compétences, ses qualités et ses talents



# Modalités

## Pour le coaching individuel aux particuliers

« *Impose ta chance, serre ton bonheur et va vers ton risque.* » René Char

Le coût global de l'accompagnement dépend du nombre de séances.

**Nombre de séances :** peut varier de 1 à 20 séances, en **face à face** ou au téléphone si besoin.

**Durée :** 1 à 2 heures en fonction des besoins.  
Possibilité de « **coaching flash** » au téléphone pour préparer une échéance importante, prendre une décision, clarifier un contexte compliqué.

**Fréquence :** une séance par semaine au départ puis espacée à 3 ou 4 semaines maximum.

**Calendrier :** fixé avec la personne chemin faisant.

**Tarif :** me consulter - règlement à la fin de chaque séance.

## Pour les ateliers destinés aux particuliers

**Modalités :** en petit groupe pour profiter de l'intelligence collective et de toutes les compétences en présence.

**Nombre d'interventions :** variables selon les ateliers.

**Format :** en journées et en 1/2 journées (voir fiches techniques sur pdf).



### Des ateliers

- Ateliers Seniors - Préparation à la retraite
- Atelier Communication assertive
- Atelier Jeu des Cubes

### Spécial juniors

- Coaching en Orientation - Post BAC
- Coaching en Communication orale - Préparation aux concours
- Coaching de Positionnement à l'Emploi - Jeunes diplômés



Véronique Lauvergeat  
Coach

# Les entreprises

« Si vous voulez toucher la cible, vous devez viser un peu au dessus. Toutes les flèches en vol subissent l'attraction de la terre. » Henry Longfellow

## Coaching destiné aux entreprises

Le coaching en entreprise est devenu un outil de l'efficacité, de la performance, voire de l'excellence **destiné à des cadres et des dirigeants**. C'est un processus pédagogique pour développer sa flexibilité comportementale, sa capacité d'influence, son intelligence relationnelle et renforcer ainsi durablement ses réflexes apprenants.

La personne approfondit ses connaissances, améliore ses performances, renforce son identité, développe son autonomie, génère ses propres succès et crée de la valeur, et ce, malgré la complexité de sa fonction et de son environnement.

La prestation de coaching, telle que je la décline, est bâtie sur mesure à partir des objectifs partagés avec la personne et en **tripartite** avec le commanditaire. Elle vise des **résultats concrets et mesurables sur le terrain** - transférables tout naturellement dans la vie personnelle.

Mon coaching est conçu comme :

- **un temps de prise de recul** - de ressourcement et de recentrage
- **un espace de créativité**, d'apprentissage et de résolution
- **un lieu d'expression** libre et de compréhension - sans jugement
- **un atelier** pour se mettre en mouvement, trouver du sens à ce qui se vit au présent et préparer l'avenir.

## Mon rôle en tant que coach partenaire :

Écouter, câliner, questionner, recadrer, ouvrir afin de permettre à la personne de trouver son « pas-sage » et son « style », d'accéder à de nouvelles ressources pour vivre de nouvelles expériences dans un espace de liberté agrandie.



# Pour quoi ?

« L'homme est capable de faire ce qu'il est incapable d'imaginer. »  
René Char

## En individuel

- prendre en main une fonction dans une logique de sens, d'efficacité, de lien et de progrès
- mettre en place une délégation réussie et développer sa propre valeur ajoutée
- animer son équipe avec le maximum d'efficacité et d'enthousiasme
- concilier ses engagements professionnels et personnels
- exercer ses responsabilités en développant créativité et performance
- faire face aux évolutions de son environnement et développer son leadership
- rétablir une situation managériale difficile
- développer ses qualités relationnelles - leader et coach
- faire un bilan de compétences, gérer son besoin de mobilité, sa recherche d'emploi et réorienter sa carrière
- reprendre ou transmettre une entreprise

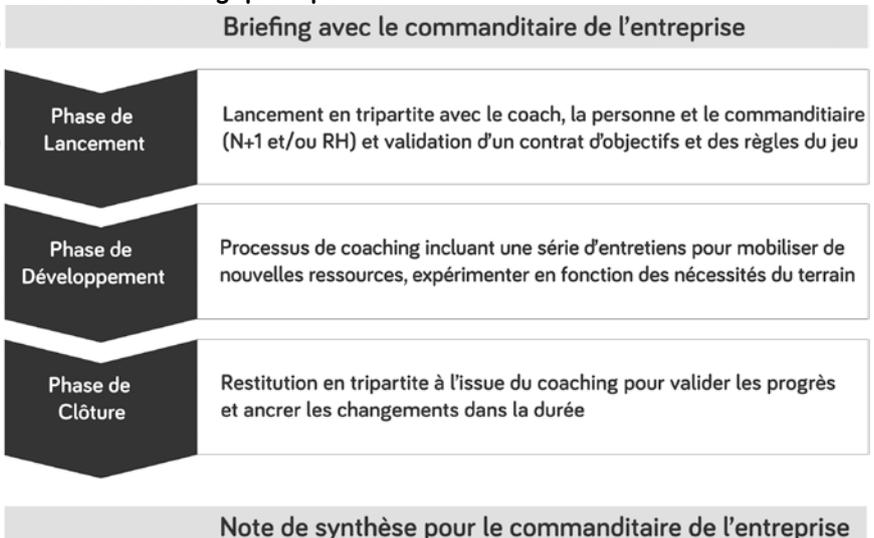
## En collectif

- développer la capacité de travailler ensemble pour un projet commun
- comprendre les enjeux et identifier les points de stabilité et les besoins d'évolution
- professionnaliser des pratiques
- développer les performances individuelles et collectives
- développer des pratiques managériales dans une logique de lien
- former à la communication, au management et à la conduite du changement
- évaluer des dysfonctionnements organisationnels et relationnels
- mettre en œuvre des actions qui renforcent l'engagement et la cohésion
- accompagner le départ à la retraite
- accompagner des créateurs d'entreprise

## Processus

« Agir en primitif et prévoir en stratégie. » René Char

**Le coaching, tel que je le conduis en entreprise est systématiquement mené dans une logique tripartite.**



Mon travail est basé sur un échange dynamique et permet de confronter la personne aux enjeux de sa situation et de favoriser par l'écoute, le questionnement et la reformulation, le développement de nouvelles ressources pour l'action et le projet à conduire.

## Modalités

### Pour le coaching individuel en entreprise

le coaching est mis en œuvre dans une logique partenariale avec DG ou/et DRH.

**Nombre d'entretiens :** de 4 à 10 cadencés selon les besoins et échelonnés sur 9 mois maximum.

**Durée :** 2 heures en face à face ou au téléphone sur une durée variable en fonction des nécessités.

**Fréquence :** intervalle d'1 mois maximum.

**Calendrier :** fixé avec la personne chemin faisant.

**Tarif :** me consulter (assujettie à la TVA).  
Proposition détaillée pour la personne et contrat signé avec l'entreprise.

### Pour le coaching d'équipe en entreprise

le coaching est mis en œuvre dans une logique partenariale avec DG ou/et DRH

**Nombre d'interventions :** selon la formule définie avec la Direction.

**Durée :** en journées ou 1/2 journées.

**Tarif :** me consulter (assujettie à la TVA).  
Proposition détaillée pour la personne et contrat signé avec l'entreprise.



#### Offre coaching

- Coaching de Prise de fonction
- Coaching de Résolution
- Coaching en Communication
- Coaching de Développement des performances

#### Prestation de Bilans de compétences

Partenariat avec Ad Arborem Cabinet agréé à Orléans

#### Formations - accompagnement

Ateliers Management et Leadership

« Plus je m'entraîne et plus  
j'ai de la chance. »  
Arnold Palmer



Véronique Lauvergeat  
Coach

**Créatrice de réussites**

« L'esprit s'enrichit de ce qu'il reçoit, le cœur de ce qu'il donne. »  
Victor Hugo

## Pour prendre rendez-vous

Véronique Lauvergeat  
Coach à Orléans et à Paris

+33 (0)6 07 28 73 18

veronique.lauvergeat@coach-partenaire.com



# Votre coach

## Mon parcours personnel et professionnel



**Passionnée depuis toujours par le développement des ressources humaines**, je me suis naturellement orientée vers les métiers de la formation et de l'accompagnement - d'abord en entreprise puis dans une association, à l'université puis en cabinet et depuis 2008, en tant que coach indépendant.

**20 ans d'expérience**, diplômée en Sciences humaines, **formée au coaching dans une approche systémique**

par Alain Cardon (METASYSTEME certifié ICF, Paris), **Master en PNL** (Programmation Neuro Linguistique) avec l'équipe de Brian Van der Horst (REPERE, Paris), **supervisée** dans ma pratique par Bernard Hévin (Le DÔJÔ, Paris), adhérente ICF (Première Fédération Internationale de Coaching), je suis depuis **12 ans coach**, formatrice et conseil en ressources humaines.

**Le cœur de mon activité : l'accompagnement du développement et la gestion des transitions.**

J'interviens en entreprise, à l'université et avec les particuliers pour accompagner les personnes dans leurs apprentissages et leurs besoins d'évolution - dans des prestations de coaching, de formation et de bilan.

## Mes principales réalisations

**Réalisation de plus de 120 coachings individuels de managers** dans les secteurs privé et public pour accompagner des prises de fonction, le développement managérial, la gestion de conflits, le repositionnement professionnel.

**Accompagnement d'équipes pluridisciplinaires :**  
conduite de projet, régulation, sorties de crise.

**Accompagnement des seniors à la retraite :**  
gestion du changement et nouveau projet.

**Conception et animation d'interventions pour des missions d'audit et de médiation.**

**Animation de formations liées à la professionnalisation des pratiques en matière de communication et de management :** fondamentaux du management, leadership, prise de parole en public, conduite de réunion, conduite d'entretien, gestion des agressions dans la relation clients...

**Réalisation d'évaluations, de bilans de compétences :** cadres et non-cadres.

**Conduite de projet dans le cadre du lancement et du pilotage d'une Licence Professionnelle Gestion des Ressources Humaines :** création de la maquette pédagogique 450 H, recrutement et supervision de l'équipe, conception et animation de modules 200 H/an : GPEC, évaluation, communication et leadership, gestion du changement, formateur et outils pédagogiques.

### CRÉATRICE DE RÉUSSITES

Ma mission : mobiliser les ressources, booster l'énergie, provoquer l'action, générer le mouvement... une évolution  
siret : 508 065 513 00014 - ape : 7022 Z - urssaf : 450 3304534322

Véronique Lauvergeat, Coach à Orléans et à Paris  
+33 (0)6 07 28 73 18  
veronique.lauvergeat@coach-partenaire.com  
www.coach-partenaire.com