



Consultante formatrice indépendante, j'ai créé **Agéqi** fin 2012, dans l'objectif de proposer une offre de service « **Qualité de Vie et Efficacité** », qui réunit mes diverses expériences à partir de deux axes : **Agilité et Équilibre**. Ces mots représentent à mes yeux les principaux enjeux d'adaptation au monde de demain



Spécialisée dans le management de la **Qualité de Vie au Travail** depuis 2008, j'interviens comme chef de projet et consultante dans les domaines du **conseil RH** et de la **formation** auprès des différents publics de l'entreprise et des organisations : Ressources Humaines médicaux sociaux, managers, IRP et collaborateurs.

Voici quelques exemples de réalisations :

mise en place du dispositif de formation de prévention de la souffrance au travail et des addictions au Campus **Air France** en tant que responsable de projet de formation

coordination de projets, ingénierie pédagogique et intervention dans des grands groupes tels que la Banque populaire de l'Ouest, Air France, BPCE, la Société Générale, la Banque de France, Cadbury, Ifremer, Carrefour....)

animation d'évènements « Forme et Bien Etre » pour AXA, Sanofi, Prisma média ...

Titulaire d'une licence professionnelle de **Gestion des Ressources Humaines**, d'une qualification professionnelle d'animateur de **gymnastique d'entretien et d'expression** et d'une expertise en **relation client**, ma principale ambition est d'accompagner les collectifs de travail et les individus dans la **mise en cohérence** entre réalité et aspirations à trouver un **équilibre de vie**, sans rien lâcher au niveau de l'efficacité !

J'entretiens une **relation de confiance** avec mes commanditaires et clients et propose une démarche de **co-construction** propice à l'adéquation de la réponse aux situations.

En intervention, je privilégie une **approche globale** en associant, selon les contextes :  
des techniques pédagogiques interactives et intégrative (créativité, outils agiles, jeux de rôle, mise en situation...)

des temps de réflexion et d'échanges (recherche d'idées, analyse de situation problème...)

des exercices corporels (Qi Gong, relaxation, chant...)

Je suis formée au **co-développement managérial** (méthode Payette) que je considère comme un formidable outil d'activation de l'intelligence collective !

Mes domaines d'expertise sont donc naturellement:

➔ Le conseil l'ingénierie pédagogique et l'intervention dans les domaines suivants :

**Prévention des Risques Psycho-sociaux** (diagnostics, préconisations, piste d'actions, accompagnement, suivi)

**Efficacité professionnelle** (prise de parole en public, organisation, gestion du temps, formation de formateur, relation client/fournisseur)

**Management** (, techniques d'entretien, délégation, coopération, management à distance)

Communication professionnelle (mails, comptes rendus...),

➔ L'accompagnement individuel pour plus d'efficacité personnelle (gestion du stress et des émotions, affirmation de soi, gestes et postures, équilibre de vie...)

Etre indépendante ne signifie pas travailler seule. !

Un **réseau de partenaires** de compétences complémentaires m'accompagne dans la réponse la plus appropriée aux besoins dans une collaboration active (consultants, coachs, sociologues...).

Dans la case « **mots qui ont du sens** » je choisis :

- Cohérence,
- Diversité
- Transparence
- Authenticité
- Engagement
- Bienveillance !