



HÉBÉLOME
conseil



Se poser les bonnes questions

Dans un monde de...

- surabondance de projets et d'informations
- changements et adaptation permanente
- réactivité et polyvalence
- contraintes de temps



Il est surtout urgent de retrouver un écosystème relationnel et organisationnel stable



Une conviction



Fondée sur vingt ans d'expérience RH et sur l'observation...
d'une cueilleuse de champignons :

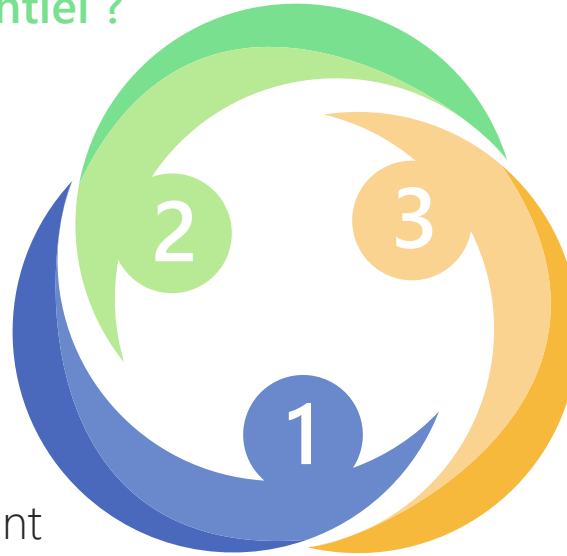
on avance d'autant mieux qu'on prend le temps de se questionner en chemin

3 questions fondamentales

de l'écosystème de la performance

Comment
revenir à l'essentiel ?

Comment
alléger sa charge mentale ?



Comment
cultiver les liens ?



1

Alléger sa charge mentale

Parce que performance et surmenage ne font pas bon ménage

- détecter et diagnostiquer sa charge mentale
 - intégrer le digital et contenir l'infobésité
 - vaincre la charge mentale avec l'organisation, la négociation et la perception
 - maximiser son impact : faire plus avec moins
-
- **Managers**
 - réguler la charge mentale des équipes
 - développer les axes managériaux anti-surcharge



2

Revenir à l'essentiel

*Parce que la performance
ne supporte pas la surabondance*

- redonner du sens
 - reprendre la main sur son environnement
 - changement : préparer demain en profitant d'aujourd'hui
 - développer sa concentration et son focus
 - renouer avec le plaisir et l'optimisme
-
- **Managers**
 - agir dans la cohérence
 - garder le cap
 - porter les valeurs de l'entreprise



3

Cultiver les liens

Parce que la performance repose sur l'équipe

- être en phase avec soi-même pour être bien à plusieurs (auto-coaching)
- ancrer une culture du feed-back transverse
- gérer les personnalités difficiles
- **Managers**
 - recruter sans se tromper pour établir un lien durable
 - comprendre et utiliser les leviers motivationnels
 - développer harmonieusement son équipe
 - évaluer, gérer les conversations difficiles et manager la performance



Agir à tous les niveaux...

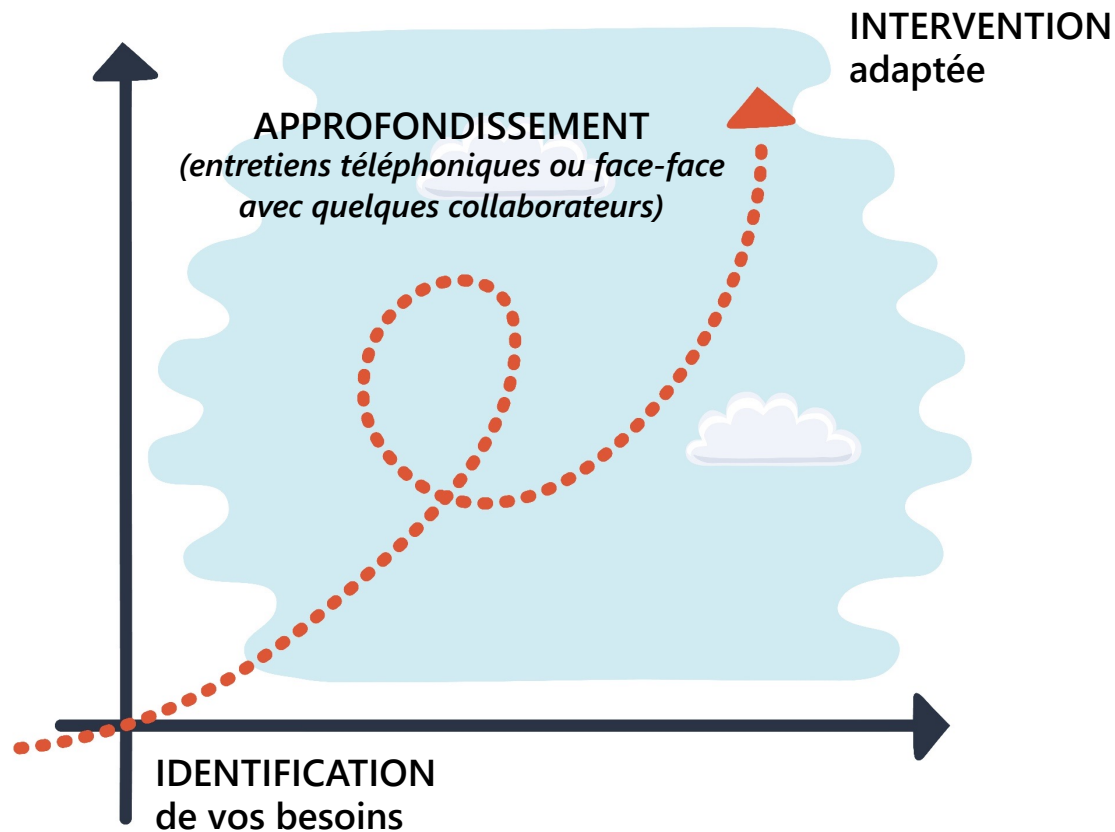


Organisation & Top Managers

Managers de proximité

Collaborateurs

...pour vous apporter
une réponse sur-mesure





Conférences

Développer une prise de conscience et des connaissances par une intervention ponctuelle en public



Workshops

Développer des compétences par des apports théoriques, des échanges et des mises en application pratiques



Coaching

Permettre un cheminement personnel en vue d'atteindre un objectif grâce à un accompagnement individuel ou collectif

Laurence Bourgeois

- **20 ans d'expérience en Gestion des Ressources Humaines**

Recrutement, développement et formation

Engagement et bien-être au travail

Conseil en organisation

Gestion des conflits et relations sociales

- **10 ans d'expérience en management d'équipes** – RH et Marketing

- **Coach professionnelle certifiée** (RNCP niveau 7-master 2)

- **Diplômée en Sciences de Gestion et en Gestion des Ressources Humaines**

Université Paris Dauphine

- **Diplômée en mycologie, environnement et biodiversité fongique**

Faculté de Pharmacie de Lille

- **Auteur**



Ils me font confiance

sanofi



Château de
VERSAILLES
Spectacles



UNIVERSITÉ
PARIS8
VINCENNES-SAINT-DENIS



Johnson & Johnson
VISION

zoetis

Profession **L**



AMARIN



Conseil en recrutement
en partenariat avec





 Faisons un bout de chemin ensemble !



3, rue de Turenne 75004 Paris
N°SIRET : 88452829000015

06 29 81 40 31

www.laurencebourgeois.com
laurencebourgeois@hotmail.fr

Linkedin [Laurence Bourgeois](#)