



Le développement
personnel **durable** :

*Pour une entreprise
dans l'ère du temps*

Ateliers proposés par
Clayton D. Cruz – Marie Gautier



Nos essentiels



La maîtrise de soi, l'équilibre émotionnel, la prise de recul, le calme intérieur **sont les piliers nécessaires** de la constance, de la performance, de la gestion du stress, mais aussi de la bonne santé et de l'inspiration.

Les idées, l'intuition, la qualité relationnelle, l'excellence professionnelle ne se manifestent et ne durent que si la personne, dans son ensemble, dans sa complexité physique, psychique et énergétique est stable et épanouie.

Le retour vers soi est le contraire du repli sur soi : il permet à l'inverse un retour aux fondamentaux pour mieux revenir vers les autres et les différentes sphères dans lesquelles les humains évoluent, notamment le domaine professionnel.



Notre vision



La transformation de notre environnement pose des défis sans précédent pour le monde dans lequel nous vivons, pour notre société et pour chacun d'entre nous en tant qu'individus.

Nous considérons que le « ré-équilibrage » d'une personne doit être effectué avec le plus grand soin et en symbiose avec ses interlocuteurs. À l'instar d'une production ou d'un mode de consommation : **à jetable, nous préférons durable.**

Cela ne nécessite pas forcément plus de temps qu'un coaching ou une thérapie « classique », mais **l'utilisation d'outils nouveaux**, sur un autre rythme et dans un contexte distinct, à travers une approche holistique qui fait toute la différence.

Une personne ne peut être considérée hors de sa sphère personnelle, intérieure et culturelle. **Pour qu'elle puisse donner le meilleur d'elle-même sur le terrain professionnel**, elle doit être ancrée et en accord avec les autres aspects de sa vie.



Notre perception de l'entreprise

Un espace privilégié sous-estimé

Pour les individus en proie à un environnement personnel conflictuel (violences, difficultés financières, confrontation à la maladie, isolement relationnel, déracinement, etc.) **aller au travail peut être une vraie bouffée d'oxygène.**

L'entreprise n'en a pas toujours conscience, mais elle peut jouer un rôle capital pour apporter un bien-être à ses salariés. Véritable « **révélateur** », elle est un lieu d'expression où l'on peut déceler au détour d'une réunion, d'un dossier, d'une étape à franchir, une ou plusieurs personnes en difficulté.

Des salariés qui vont bien : l'Entreprise a tout à y gagner !

Quel que soit son niveau de responsabilité, l'être humain qui est en phase avec lui-même, générera créativité, productivité, enthousiasme, fluidité dans ses relations et ses actions.

L'entreprise modèle du XXIème siècle ne sera-t-elle pas celle qui aura été précurseur dans sa propension à participer au développement durable de ses collaborateurs ?



D'où viennent nos outils ?



Il y a tant à prendre et à apprendre de ce qui a été expérimenté, mis au point et validé depuis des millénaires. **Nous avons plongé dans la sagesse, le savoir, l'humour** aussi, inspirés par des hommes et des femmes qui ont marqué l'histoire et dont on parle encore, bien qu'ils soient si loin de nous et de nos réalités-priorités.

Adapter des techniques, des postures mentales, des attitudes de vie à notre époque, à nos rythmes, à ce que le XXIème siècle nous propose et souvent, nous impose.

S'il y a bien une chose immuable, c'est la faculté de **l'homme à s'adapter**. De part ses capacités, il est pleinement en mesure d'intégrer des disciplines, appliquer des savoir-faire, des savoir-être même ancestraux qui restent compatibles avec sa biologie et l'ensemble de ses composantes.



Pour qui ? Comment ?



Nous proposons nos ateliers :

- Aux directeurs des **Ressources Humaines**, soucieux de la motivation et du bien-être de leurs équipes
- Aux **cadres, managers** qui doivent relever de nouveaux challenges
- À des **équipes, des groupes de collaborateurs** qui doivent intégrer de nouvelles missions, une restructuration, un changement d'organisation
- À tout **employé** désireux d'être écouté

Nous mettons notre expérience à votre disposition pour :

- Vous **accompagner dans les changements** à venir
- Renforcer et vous apporter de **nouveaux axes de motivations**
- Mettre à votre disposition des outils puissants qui **donneront du sens à vos actions pour réussir des transitions**

Nos statuts professionnels respectifs vous assurent :

- De notre totale **impartialité** et **neutralité**
- D'une parfaite **confidentialité** conformément aux codes déontologiques de nos métiers.

Intervenants



Clayton D. Cruz

Détecteur et recruteur de jeunes talents pour GestiFute, entreprise internationale dans le milieu du football professionnel, Clayton D. Cruz est aussi Coach certifié IBC et fondateur du cabinet **Active Wisdom**.

Fort de ses expériences auprès des sportifs de haut niveau et de ses formations, Clayton allie la connaissance du monde entrepreneurial à celui de l'accompagnement personnel.

Son travail, en contribuant à donner du sens aux actions individuelles dans un cadre collectif, permet un **accès durable au chemin de l'équilibre**.



Coaching durable

« Vous ne retirerez de la vie que ce que vous êtes prêt à y mettre. »

Nous vivons dans l'impermanence. Ni la réussite, ni l'échec ne sont constants.

Devenez acteurs du changement : remise en question, adaptabilité, stratégie, vision neuve, ténacité, dynamisme, optimisme...

Apprendre c'est s'élever et s'accroître, mais l'apprentissage n'est rien sans l'intégration et la mise en pratique.

Séances de 60 min

Préparation mentale & PNL

« Tout n'est qu'une question de choix et de synchronicités. »

La PNL rend accessible ce que la conscience complique là où, en réalité, le cerveau s'adapte.

Méthodes utilisées pour accompagner les sportifs de haut niveau et les métiers générateurs de stress.

De la vision du monde à la communication non verbale, de la confiance en soi à la syntonisation de la voix, **en comprenant son comportement, l'humain se comporte mieux.**

Séances de 30 à 60 min



Musicothérapie réceptive

« Quand la musique touche l'âme, elle nous élève. »

C'est en incluant la musicothérapie réceptive à ses méthodes de développement personnel que Clayton D. Cruz a pu tirer les **meilleures performances** des sportifs professionnels qu'il suit depuis plusieurs années.

Écoute au casque audio de musiques binaurales en adéquation avec les objectifs visés et exercices sur la respiration.

Séances de 30 min

Méditation de pleine conscience

« Les questions viennent du bruit, les réponses viennent du silence. »

Méditer : c'est le premier cadeau à faire aux autres et à soi-même.

C'est faire le vide pour faire le plein.

Méditations guidées offrant un espace de liberté et de paix intérieure, ou l'art de puiser sa force dans l'instant présent pour ouvrir la voie à la créativité, à l'inspiration et à l'équilibre.

Séances de 30 à 60 min

Intervenants



Marie Gautier

Après vingt-cinq années de vie de chef d'entreprise entre lumière et design, production et management, négociations et marketing, Marie Gautier a ouvert son cabinet de **thérapeute holistique**.

Elle a mis au point et édité un outil pour les professionnels du coaching et de l'accompagnement, basé sur l'activation et l'utilisation de l'intuition.

Son parcours de vie, sa capacité d'écoute, son optimisme contagieux et son inébranlable foi en l'être humain, aident ses patients à **vivre en harmonie et en équilibre**.



Bulles d'écoute

Des face-à-face avec un groupe de personnes (ou un salarié) qui a **carte blanche pour parler de tout** avec l'assurance d'être écouté profondément, sans être oppressé par le jugement et en toute confidentialité.

La finalité étant la mise en avant et le traitement :

- d'un blocage
- d'une étape à franchir
- d'un changement à opérer

Séances de 60 min

Les Matriochkas

Atelier inédit de découverte et de recentrage sur la nécessité de retrouver **la plus petite poupée de la série, qui malgré sa taille est la plus importante.**

Si elle est perdue, l'ensemble n'a plus de sens.

Sont abordées lors de cet atelier, les manifestations de l'égo, l'activité mentale, la dépendance au regard des autres, l'intuition et les peurs imaginaires.

Séances de 60 min (à 2 heures)

Les tirages intuitifs

Mis au point et utilisé pour sa clientèle, le support « ©INTUITION » imaginé par Marie Gautier est un outil professionnel unique destiné à **développer l'intuition et par conséquent, à agir avec ses ressources** et ses désirs en accord avec sa nature profonde.

C'est un moyen d'éliminer la pollution mentale qui agit comme un frein, pour revenir aux aspirations naturelles pour lesquelles nous avons des capacités. C'est enfin un réel gain de temps pour les deux parties.

Séries de plusieurs séances de 30 min

Le Reiki

Le Reiki est une méthode de soins énergétiques mise au point en 1922 par le Maître japonais Mikao Usui, qui permet un **traitement des corps physique, émotionnel, mental et spirituel**.

Elle permet de soulager les souffrances morales et les douleurs physiques.

Elle aide à chasser la peur, les angoisses, les effets du stress et la dépression, procurant une détente, une joie et une sérénité profonde.

Séances de 30 à 60 min

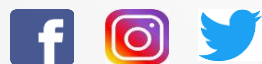
Pour plus d'informations, nous contacter

Clayton D. Cruz

ACTIVE WISDOM

33, rue de la Chaussée d'Antin
75009 PARIS

Tél : +33 (0)7 68 68 55 55
contact@active-wisdom.com
www.active-wisdom.com
www.gestifute.com



Marie Gautier

Marie Gautier Thérapeute

12, rue Blanche
75009 PARIS

Tél : +33 (0)6 16 07 57 17
info@mariegautier.com
www.mariegautier.com
www.intuition-box.com



Ateliers réalisables en entreprise ou au sein de nos cabinets respectifs.