

PROJET

FORMATION

COACHING



Notre accompagnement
en coaching individuel

Qu'est-ce qu'un coaching individuel?

Le coaching individuel est un accompagnement, durant une période définie, qui doit permettre à une personne, « le coaché », **de percevoir d'autres manières de fonctionner** que celles utilisées habituellement et/ou instinctivement.

Il s'agit d'un **espace de non-jugement** dont le but est d'amener progressivement le coaché à **opter consciemment pour les comportements et les choix** qui lui semblent les plus pertinents et appropriés à sa situation.



Qu'est-ce qu'un coaching individuel?

- La démarche de coaching doit résulter d'un **choix volontaire du coaché**. Elle vise à répondre à des **objectifs partagés et validés en amont** entre: le coaché, son manager et/ou le représentant de la direction des ressources humaines et le coach.
- Le coach **adapte son approche** en tenant compte des compétences du coaché, de son niveau de motivation et de sa capacité à s'inscrire dans une dynamique de changement. Il cherche à **rendre le coaché autonome**, afin qu'il puisse poursuivre sa démarche de progrès et en pérenniser les acquis.
- Le coach peut être amené à transmettre des **apports formatifs et des conseils** lorsque cela est judicieux, pour autant, le coaching ne se substitue pas à la formation ou au mentoring. Ce n'est pas non plus une thérapie!
- L'ensemble du travail d'accompagnement se fait dans le respect, par toutes les parties prenantes, de la **confidentialité et de l'éthique professionnel**.

Déroulement d'un coaching individuel

1. Prise de contact



- Echange avec le manager et/ou le représentant RH, pour comprendre les enjeux, constats et attentes.
- Echange avec le coaché afin de connaître sa vision et sa disposition à s'inscrire dans une logique de changement.
- Choix du coach dans le cas où plusieurs options sont proposées au coaché.

2. Préparation



- Possibilité d'une première séance de travail avec le coaché afin de réfléchir aux objectifs de progression et aux résultats attendus (hors coaching flash).
- Réunion tripartite dans l'entreprise en présence du coaché, de son manager, et/ou, du représentant RH, afin de convenir ensemble du contrat d'objectifs et des engagements de chacun.



4. Clôture et post-coaching

- Réunion tripartite de bilan, dans l'entreprise, en présence du coaché, de son manager, et/ou, du représentant RH, pour partager les résultats et identifier les axes qu'il reste à développer.
- Des séances de suivi « post-coaching » à moyen / long terme (hors coaching flash)

3. Accompagnement



- Des séances de travail de 1h30 à 2h à planifier toutes les 1 à 2 semaines. Ces RDV ont lieu soit en visio, soit dans les locaux d'Open Up Strategy à Argonay, soit dans l'entreprise dans un lieu calme et neutre, soit à l'extérieur dans un tiers lieu.
- Dans le cas où l'accompagnement dépasserait 6 séances, une réunion tripartite à mi-parcours, dans l'entreprise, en présence du coaché, de son manager et/ou, du représentant RH, est recommandée.

Offre tarifaire - France - Année 2024

<p>→ Coaching flash</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2 RDV de prise de contact • 2 réunions tripartites • 4 séances d'accompagnement 	<p>Accompagnement centré sur un objectif spécifique, idéal pour la prise de conscience ou le travail sur un point de progrès précis. Durée de 1 à 2 mois.</p>	<p>2 100€ HT</p>
<p>→ Coaching court</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2 RDV de prise de contact, • 2 réunions tripartites, • 6 séances d'accompagnement • 1 RDV de post-coaching 	<p>Accompagnement centré sur un nombre restreint d'objectifs, idéal lorsqu'on a déjà travaillé sur soi et que le contexte est propice au développement. Durée de 2 à 3 mois.</p>	<p>3 200€ HT</p>
<p>→ Coaching classique</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2 RDV de prise de contact, • 3 réunions tripartites, • 9 séances d'accompagnement • 2 RDV de post-coaching 	<p>Accompagnement complet incluant une phase d'exploration et de connaissance de soi pour avancer à partir d'une situation globale quel que soit le contexte. Durée de 3 à 4 mois.</p>	<p>4 300 € HT</p>
<p>→ Coaching long</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2 RDV de prise de contact, • 3 réunions tripartites, • Plus de 9 séances d'accompagnement • 2 RDV de post-coaching 	<p>Accompagnement poussé pour aborder dans toutes ses dimensions une situation globale y compris dans des contextes complexes et mouvants. Durée de 5 mois et plus.</p>	<p>A partir de 4 500€ HT</p>
<p>→ Coaching sur-mesure</p>	<p>D'autres combinaisons sont possibles pouvant inclure des rendez-vous de mentoring, de médiation et/ou de conseil.</p>	<p>À la demande</p>
<p>→ Coaching collectif</p>	<p>Pour améliorer la performance, la collaboration, les modes de fonctionnement, la communication, la cohésion ou encore la dynamique d'une équipe / d'un groupe...</p>	<p>À la demande</p>

Intervenante : Sophie Pont, coach certifiée par l'Académie Européenne de coaching

Conditions de facturation : 50% à la signature du contrat et 50% à la fin de l'accompagnement sur la base de la prestation réellement réalisée.

N'inclut pas les éventuels frais connexes tels que: déplacements en dehors de la communauté de communes d'Annecy, location de salle, consommables.



Sophie Pont

PARCOURS

EXPERTISE

-  Management
-  Gestion des RH
-  Déploiement de stratégie
-  Conduite du changement
-  Communication
-  Prévention des RPS

- ➔ **Ingénieur** diplômée de l'**INSA** & de **Concordia University** (Canada)
- ➔ **Formatrice et coach certifiée**, spécialisée en **neurosciences**
- ➔ **20 ans d'expérience en management dans l'industrie** et les **FMCG**
- ➔ Sur différents postes de :
 - Directrice des Ressources Humaines**
 - Instructeur progrès et performance industrielle**
 - Responsable de QVT & communication interne**
- ➔ Enseignante en dernière année d'**Ecole d'Ingénieur et de Master RH**
- ➔ Habituee à travailler à l'étranger et sur des **périmètres internationaux**
- ➔ Parlant 3 langues: **Français, Anglais, Espagnol**   



On dit de Sophie qu'elle est dynamique, créative, exigeante et passionnée!

SUR-MESURE,
QUALITÉ,
ÉNERGIE,
ET SOURIRE !

- Je m'adapte à **vos besoins**
- Je travaille en **confiance** et en **proximité**
- Je vise **l'excellence** et la **pérennisation**
- J'apporte **bienveillance** et **bonne humeur**
- Je mise sur **le partage**, **l'innovation** et la **créativité**



 06 48 24 80 53

 contact@open-ups.fr

 www.open-ups.com

 Sophie Pont
Open Up Strategy



Fondé en 2021, basé à Annecy, Open Up intervient partout où cela est utile, **en France comme à l'étranger.**



Nous répondons à vos messages sous **24h.** **Ensemble,** nous analysons votre situation afin de vous proposer une solution d'accompagnement **cousue main,** dédiée à la **réussite de vos projets.**



Nous sommes attentifs à l'intégration des **personnes en situation de handicap.** Nous identifierons les conditions nécessaires pour que nos interventions soient **adaptées à tous.**



Nous sommes particulièrement soucieux de la **préservation de notre environnement et de nos ressources.** Nous veillerons à choisir les options qui limitent notre **empreinte carbone** et renforce notre **engagement RSE.**