

# DEROULE PEDAGOGIQUE

## PARCOURS MANAGER – LEADER 3

Conjuguer performance et harmonie



VERSION 1 – maj 03/03/2026

# PARCOURS MANAGER – LEADER 3

CETTE FORMATION CONCERNE LES CHEFS D'ENTREPRISES, LES CADRES DIRIGEANTS & LES MANAGERS.



Durée : 6 jours soit 48 heures



Planning élaboré 2025  
(Cf. calendrier)



GOLF CLUB HELIOS  
64270 SALIES DE BEARN



3 750 € HT par personne  
*Ce tarif comprend le coût pédagogique  
& la remise de supports*



Sanction de formation :  
Attestation de formation



Salle adaptée pour travailler en sous-  
groupe pour faire des exercices de  
mise en application

## BUTS PROFESSIONNELS :

« Neurosciences et conscience vers une pleine conscience des savoirs et du savoir-être ».  
Comment réinventer nos organisations, concevoir un nouveau modèle qui rende le travail productif, épanouissant et riche de sens.

- Développer un leadership inspiré et inspirant.
- Devenir un leader transformateur.
- Adopter le leadership conscient pour une entreprise épanouie.

# PARCOURS MANAGER – LEADER 3

## LES INTERVENANTS

Experts dans leurs domaines de compétences, ils bénéficient d'une solide expérience en matière d'accompagnement de dirigeants d'entreprises



### Alice GHEORGHU

DU Coaching

Ancienne comédienne et directrice de théâtre

Coach et formatrice en développement personnel auprès des dirigeants et des équipes

### Stéphanie Le MADEC

Experte certifiée à l'Approche Neurocognitive et Comportementale (ANC) - Formée au Coaching Evolutif©  
Formée à l'Acceptance and Commitment Therapy (ACT) - Accréditée au Co-développement Professionnel par  
l'Académie Belge du Co-développement Professionnel  
Master Ingénieur Commercial (ICHEC Brussels Management School)

### Peio GOICOECHA

Coach certifié PNL (programmation neurolinguistique) en s'appuyant sur les préférences fonctionnelles motrices et cognitives. Dans le langage d'accompagnement de cette approche, il n'existe pas de points forts et de points faibles, mais des préférences ou des potentiels d'adaptations uniques. L'objectif est de clarifier les schémas de fonctionnements mentaux et corporels afin de respecter une spirale de mouvements naturel et cohérent, quelque soit le contexte. Exploiter les préférences ou les potentiels permet de développer la confiance en soi, l'autonomie l'acceptation de la diversité et surtout la capacité d'adaptation. Une approche théorique ainsi que des expérimentations autour d'exercices ludiques et très illustratifs des principes préalablement enseignés.

# PARCOURS MANAGER – LEADER 3

## LES INTERVENANTS

Experts dans leurs domaines de compétences, ils bénéficient d'une solide expérience en matière d'accompagnement de dirigeants d'entreprises



## Emmanuel GIUDICELLI

Formateur en entreprise depuis 20 ans en management technique de vente et efficacité professionnelle  
Licence Administration Economique et Social Master spécialiste en Sophrologie Caycédienne  
Maîtrise praticien en Programmation en Neuro Linguistique

## Yannick LE MEUR

Yannick Le Meur a travaillé avec tous les publics de 3 mois à 90 ans ! Le « vivre et faire ensemble » est son leitmotiv depuis toujours. Son parcours à l'université en science de l'éducation – Coach et consultant – lui confère une sensibilité particulière sur les notions d'évaluation, de coopération, et de bien-être au travail au service de la productivité. Sensible au vivant, il s'appuie également sur des concepts issus de la systémie, de l'anthropologie, de psychosociologie, de psychologie, de philosophie ou encore de permaculture. Ses différentes expériences personnelles et professionnelles lui permettent d'avoir un regard aussi vaste qu'éclectique afin de dénouer les problématiques des individus et collectifs qu'il accompagne.

# PARCOURS MANAGER – LEADER 3



## MOYENS ET METHODES PEDAGOGIQUES

L'étalement de la formation dans le temps poursuit un double objectif :

- Mettre en œuvre les techniques abordées entre les modules en étant accompagné par le formateur.
- Permettre à chacun de trouver du soutien auprès de ses pairs grâce à la qualité de la dynamique de groupe amplifiée au fil des rencontres.

Méthode : Les 6 journées sont coanimées par 3 binômes de formateurs ayant des expertises complémentaires et leurs expériences apportent un éclairage pluridisciplinaire.

- Pédagogie participative qui stimule la prise de parole, l'écoute, la bienveillance et valorise le partage d'expérience.
- Approche individualisée.

Les stagiaires disposeront de supports pédagogiques.

L'intervenant mesure, tout au long de l'action de formation, l'acquisition des connaissances des stagiaires à travers les activités.



## MODALITES D'EVALUATION

- Auto-positionnement d'entrée et de sortie de formation (mesure des acquis).
- Fiche d'évaluation à chaud à la fin de chaque module.

# NEUROSCIENCES ET CONSCIENCE POUR DÉVELOPPER UN LEADERSHIP INSPIRÉ ET INSPIRANT



Durée : 16 Heures sur 2 jours  
consécutifs

Judi : 14.00 – 22.00

Vendredi : 08.30 – 12.30 et 13.30 – 17.30



Alice GHEORGHIU  
&  
Stéphanie LE MADEC



Public visé : chefs d'entreprises,  
cadres dirigeants, managers

Les avancées remarquables en neurosciences cognitives contribuent au développement d'un esprit managérial différent.

Quelles sont les principales qualités qu'un leader va devoir mobiliser pour être, comme l'ont précisé certains travaux au dernier forum de Davos,

*Un leader transformateur*, celui qui sait libérer les énergies de son équipe par son propre mouvement intérieur ?

Les compétences relationnelles sont au cœur d'une direction de qualité et demandent à mieux se connaître encore.

## OBJECTIFS PEDAGOGIQUES :

- Développer une plasticité neuronale face à la complexité.
- S'appuyer sur ses motivations intrinsèques pour être performant et endurant.
- Comment déconstruire des croyances et des rigidités inscrites dans nos réseaux neuronaux.
- Comment transformer nos exigences en objectifs.
- Développer sa propre stratégie de gestion des tensions avec créativité.
- Ouvrir nos perceptions pour favoriser un management de qualité.
- Elaborer les meilleures réponses en fonction du contexte.
- Gagner en sérénité et en efficacité dans sa vie personnelle et professionnelle.
- Intégrer les connaissances sur le « comment notre Cerveau prend des décisions ? »



Prérequis : Aucun



### Méthodes Pédagogiques :

- Apports théoriques et pratiques pluridisciplinaires issues des dernières connaissances neuroscientifiques appliquées (approche neurocognitive et comportementale).
- Pédagogie interactive centrée sur les attentes des participants et sur leurs pratiques : - études de cas, - mises en situation, - exercices en groupe, - exercices en binôme, - exercices en trinôme, - exercices individuels.



Moyens Techniques : Salle adaptée pour travailler en sous-groupe pour faire des exercices de mise en application



Support Pédagogique : Remise d'un document de synthèse



### Modalités d'évaluation :

Autoévaluation des acquis par le stagiaire – QCM et/ou compte rendu du formateur

# NEUROSCIENCES ET CONSCIENCE POUR DÉVELOPPER UN LEADERSHIP INSPIRÉ ET INSPIRANT



**Durée : 16 Heures sur 2 jours  
consécutifs**

**Jeudi : 14.00 – 22.00**

**Vendredi : 08.30 – 12.30 et 13.30 – 17.30**



**Alice GHEORGHIU  
&  
Stéphanie LE MADEC**



**Public visé : chefs d'entreprises,  
cadres dirigeants, managers**

## CONTENU :

### PERCEPTIONS & ATTENTIONS :

- S'ouvrir à de nouvelles perceptions.
- Amélioration des capacités de concentration.
- Elévation du niveau de conscience et d'attention.
- Co-construire des espaces relationnels, des postures pour favoriser un management de qualité.
- Apprendre à être centré.
- Expérimenter des outils adaptés au monde de l'entreprise tels que : la pleine conscience, la relaxation, la respiration et le Qi gong, la maïeutique.
- Renforcer son sentiment de sécurité intérieure.
- Savoir écouter nos émotions, puissant levier de transformation.

### DÉVELOPPER SON CHARISME POUR UN LEADERSHIP HARMONIEUX :

- Donner confiance à ses collaborateurs pour préparer les défis de demain.
- Booster ses potentiels et talents et reconnaître ceux de ses équipes.
- Appréhender ses Forces et les intégrer pour une meilleure résolution de problèmes.
- Repérer comment nos pensées agissent sur nos paroles et nos actions.
- Créer de l'Harmonie dans sa vie personnelle et professionnelle.
- Cultiver ses Ressources et développer de la sérénité.
- Développer son charisme et sa fluidité relationnelle pour favoriser des relations de qualité.
- S'appuyer sur ses motivations profondes et intrinsèques pour entretenir le plaisir de l'action.

# ADOPTER LE LEADERSHIP CONSCIENT POUR UNE ENTREPRISE ÉPANOUIE



**Durée : 16 Heures sur 2 jours  
consécutifs**

**Jeudi : 14.00 – 22.00**

**Vendredi : 08.30 – 12.30 et 13.30 – 17.30**



**Yannick LE MEUR**



**Public visé : chefs d'entreprises,  
cadres dirigeants, managers**

L'entreprise est un espace de stress, parfois de frustration et frictions personnelles, dans laquelle chacun passe de longues heures sans pour autant percevoir que le travail progresse et sentir une profonde sensation de réalisation de soi, sans se sentir épanoui. Pourtant, certains Leaders et certaines entreprises fonctionnent différemment, elles ont adopté un Leadership conscient avec lequel il est possible de grandir personnellement en même temps que l'on contribue positivement à son entreprise et à la société. Pour cela l'adoption d'un nouveau paradigme peut-être le levier que vous recherchez.

## OBJECTIFS PEDAGOGIQUES :

- Se Connaitre, Travailler mieux, Guider les autres, s'Epanouir.
- Identifier et accroître son Leadership Conscient afin d'inspirer l'entreprise.
- Accroître la connaissance de soi, loin du stress et de l'agitation, en empruntant un chemin de croissance personnelle pour un travailler efficace.
- Lancer une dynamique d'accompagnement du progrès pour toute l'entreprise pour gagner en compétitivité et pour créer un espace de travail propice à l'épanouissement de tous.



**Prérequis : Aucun**

### Méthodes Pédagogiques :

Apports théoriques et pratiques basés sur l'Ennéagramme, intégrés dans une vision professionnelle et transformatrice.

- Échanges et partage des expériences personnelles avec retour des formateurs.
- Exercices d'application à votre situation unique et travail en sous-groupe.

Tout le séminaire est centré sur la connaissance et conscience de soi pour une croissance de votre confiance.



**Moyens Techniques : Salle adaptée pour travailler en sous-groupe pour faire des exercices de mise en application**



**Support Pédagogique : Remise du fascicule de la formation & documents opérationnels**



**Modalités d'évaluation : Autoévaluation des acquis par le stagiaire – QCM et/ou compte rendu du formateur**

# ADOPTER LE LEADERSHIP CONSCIENT POUR UNE ENTREPRISE ÉPANOUIE



**Durée : 16 Heures sur 2 jours  
consécutifs**

**Jeudi : 14.00 – 22.00**

**Vendredi : 08.30 – 12.30 et 13.30 – 17.30**



**Yannick LE MEUR**



**Public visé : chefs d'entreprises,  
cadres dirigeants, managers**

## CONTENU :

**GAGNER EN VITALITÉ, S'ÉPANOUIR AU TRAVAIL ET CONTRIBUER POSITIVEMENT AVEC LES 9 CARACTÉRISTIQUES DU LEADER CONSCIENT :**

- Les 9 caractéristiques du Leader Conscient.
- Identifier votre Leadership avec ses forces et ses points aveugles.
- Adopter un chemin de développement de mon Leadership pour effacer les point aveugles et pour irradier depuis vos forces.
- Alignez-vous intégralement pour contribuer positivement et pour vous épanouir dans votre rôle.

**COMMENT LA PRATIQUE DE L'OBSERVATION INTERIEURE, LA REFLEXIVITE FONT CROITRE VOTRE LEADERSHIP ET TIRE LA PERFORMANCE DE VOTRE ENTREPRISE**

- Adopter la réflexivité quotidiennement pour croître et vous développer à la recherche de votre meilleur potentiel.
- L'effet ondulation ou comment le développement de soi, développe votre entourage, votre entreprise et agit sur votre monde.
- Exercice personnel – self coaching, mon journal et réflexion personnelle : Mes choix de coaching et de self coaching.

**PRATIQUER LA MEDITATION ET LA RESPIRATION CONSCIENTE POUR MIEUX SE CONNAITRE, TRAVAILLER DANS LA SÉRÉNITÉ ET EN ÉCOUTANT SA SAGESSE INTÉRIEURE**

- Comment relaxer les 5 sens, se tourner vers l'intérieur et la méditation vous permettent d'atteindre un niveau profond de conscience afin d'inspirer vos choix quotidiens.
- Comment utiliser la respiration au quotidien pour trouver équilibre, apaisement intérieur et action juste

**RENFORCER LA CONFIANCE, LA RESPONSABILITÉ ET L'AUTONOMIE DE L'ÉQUIPE POUR RÉVÉLER LE MEILLEUR POTENTIEL DE CHACUN**

- Comment pratiquer relation 1A1 pour coacher chacun de vos collaborateurs et leur permettre d'entrer dans le FLOW au travail en révélant ainsi le meilleur d'eux-mêmes.
- Libre Création : comment donner du temps pour gagner des idées innovantes et pour résoudre les problèmes insolubles.

# LIBÉRER, CANALISER ET DIRIGER L'ÉNERGIE DE L'ÉQUIPE

## L'ART DE LA COMMUNICATION POSITIVE



Durée : 16 Heures sur 2 jours  
consécutifs

Jeudi : 14.00 – 22.00

Vendredi : 08.30 – 12.30 et 13.30 – 17.30



Peio GOICOECHEA  
&  
Emmanuel GIUDICELLI



Public visé : chefs d'entreprises,  
cadres dirigeants, managers

Est-il possible de réinventer nos organisations, de concevoir un nouveau modèle qui rende le travail productif, épanouissant et riche de sens ?  
Si vous êtes dirigeant d'une organisation et que vous aspirez à faire changer votre environnement de travail, votre réussite dépend de la réponse que vous apporterez à cette question ! L'enjeu pour chacun consistera à sortir de sa zone de confort afin de vivre une véritable transformation identitaire, à la fois individuelle et collective.

### OBJECTIFS PEDAGOGIQUES :

- Développer son leadership par une meilleure connaissance de soi
- Adapter et adopter une posture favorable et efficiente quelque soit le contexte
- Mieux communiquer et déclencher les éléments motivationnels liés à l'action



Prérequis : Aucun



#### Méthodes Pédagogiques :

La pédagogie, avant tout active est ancrée dans les pratiques du quotidien.

- Action type, PNL et sophrologie, les méthodes employées sont pratiques et font travailler en dynamique les axes recherchés.



Moyens Techniques : Salle adaptée pour travailler en sous-groupe pour faire des exercices de mise en application



Support Pédagogique : Remise du road book de la formation & documents opérationnels



#### Modalités d'évaluation :

Autoévaluation des acquis par le stagiaire – QCM et/ou compte rendu du formateur

# LIBÉRER, CANALISER ET DIRIGER L'ÉNERGIE DE L'ÉQUIPE L'ART DE LA COMMUNICATION POSITIVE



**Durée : 16 Heures sur 2 jours consécutifs**

**Judi : 14.00 – 22.00**

**Vendredi : 08.30 – 12.30 et 13.30 – 17.30**



**Peio GOICOCHEA  
&  
Emmanuel GIUDICELLI**



**Public visé : chefs d'entreprises,  
cadres dirigeants, managers**

## CONTENU :

### I - Les principes liés aux sens du mouvement corrélés aux niveaux logiques :

- Appréhender les lois naturelles qui sous-tendent le mouvement et la motivation
- Intégrer les réflexes de survie et libérer son potentiel d'expression
- Identifier le rôle essentiel du cerveau dans un monde en 3 dimensions
- Vivre la coordination et le tonus postural : réponse du corps
- Ressentir la dynamique des préférences et développer les attitudes en accord

### II - Expérimenter les paramètres dynamiques sur le corps :

**S'approprier les ressorts des différents états internes en observant et maîtrisant comment nous fonctionnons avec notre corps**

#### Questionner sa posture :

- La marche (par le haut ou le bas du corps), axe d'orientation par rapport au vecteur




Gravitaire

- Prendre l'information : œil radar et vision globale (basse fréquence visuelle) ou contrastée (haute fréquence visuelle)
- Comprendre les paramètres structurels ; point mobile (zone charnière du corps), plan d'expression vertical (face à l'action) ou horizontal (angle d'action)

### III - Les caractéristiques des 4 intelligences motrices et accueil du profil personnel :

- Respecter et nourrir ses besoins primordiaux liés au mouvement naturel (organisation des ressources d'action)
- Ancrer sa démarche dans l'efficacité, à l'aide de la pyramide de R Dilts
- Développer sa présence quelque soit l'environnement par une pleine conscience corps-esprit identifier les éléments de base de la sophrologie

# MANAGER – LEADER III : CALENDRIER 2026

 <b>THEMES</b>	 <b>INTERVENANTS</b>	 <b>DATES</b>
<p><b>NEUROSCIENCES ET CONSCIENCE</b></p> <p><b>DÉVELOPPER SON CHARISME</b></p>	<p><b>Alice GHEORGHIU</b></p> <p><b>Stéphanie LE MADEC</b></p>	<p><b>19 et 20 mai 2026</b></p>
<p><b>COMMENT FAIRE CROÎTRE VOTRE LEADERSHIP</b></p> <p><b>PRATIQUER LE YOGA POUR MIEUX SE CONNAÎTRE</b></p>	<p><b>Yannick LE MEUR</b></p>	<p><b>11 et 12 juin 2026</b></p>
<p><b>LIBÉRER, CANALISER ET DIRIGER L'ÉNERGIE DE L'ÉQUIPE</b></p> <p><b>L'ART DE LA COMMUNICATION POSITIVE</b></p>	<p><b>Peio GOICOCHEA</b></p> <p><b>Emmanuel GIUDICELLI</b></p>	<p><b>09 et 10 juillet 2026</b></p>



**IDESO - Association Initiatives des Dirigeants d'Entreprises du Sud Ouest - Technopole Hélioparc, 2Av. Pierre Angot, 64000 Pau**  
**05.59.90.23.84 - [contact@ideso.fr](mailto:contact@ideso.fr) - Siret : 394 484 539 00017**  
**Numéro de déclaration d'activité : 75 64 05638 64 auprès de la région Nouvelle Aquitaine – RNQ Qualiopi N°23FOR01054**