

- Un salarié heureux est
- 2 fois moins malade
  - 6 fois moins absent
  - 9 fois plus loyal
  - 31% plus productif
  - 55% plus créatif

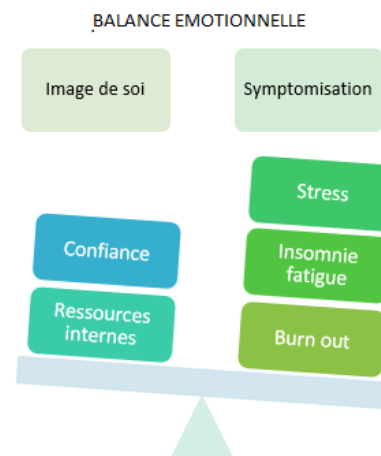
Source MIT

- 55% des salariés et 66% des managers déclarent subir un stress régulier au travail
- 1 salarié sur 4 déclare avoir subi au cours de sa carrière un problème grave (burn-out, dépression)

CEGOS2016 « Climat social au travail »

- Pour 97% des salariés la QVT contribue à la performance de l'entreprise

Source « Mieux » avril 2017



[www.hypnoduo.fr](http://www.hypnoduo.fr)

Et si le bonheur c'était d'être bien avec soi?

14 rue du Patural  
57000 METZ

Isabelle Lefebvre  
HYPNOTHERAPIE

Cohésion d'équipe,  
Ateliers du Bien-Etre,  
Communication positive,  
Accompagnement au changement,

Maître Praticienne en Hypnose Sajece®  
Praticienne certifiée EFT

Isabelle Lefebvre  
HYPNOTHERAPIE

06 03 51 35 93

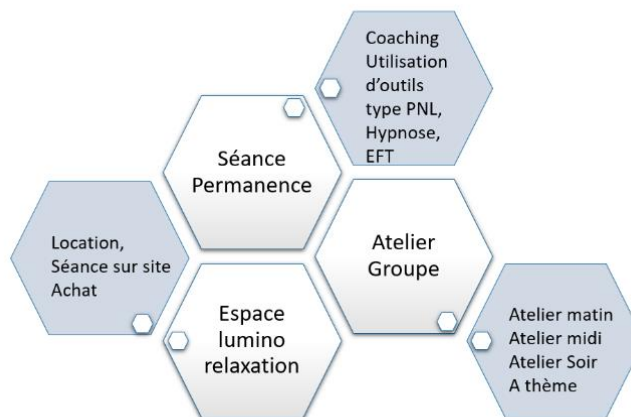


Isabelle Lefebvre

Titulaire d'une MIAGE et d'un DESS Management de la Qualité, j'ai exercé pendant 20 ans dans de grandes entreprises. D'informaticienne à Directrice de la communication j'ai pu développer mes compétences en management, audit et coaching tout en constatant à quel point le bien-être des équipes, mais aussi du manager, jouait un rôle important dans les actions et projets. Alors j'ai cherché à cultiver mon leadership, mon positivisme grâce à des techniques comme la PNL, l'hypnose, l'ennéagramme.. Et c'est naturellement que j'ai décidé de partager mes connaissances et mon expérience en me consacrant à l'accompagnement des hommes et des femmes, valeurs centrales d'une entreprise performante.



## Des ateliers sur mesure



- Séance type « permanence » : Travail en individuel sur RDV sur un point précis (stress, prise de parole en public...)
- Ateliers de groupe : visualisation positive pour augmenter la créativité, la confiance en sa réussite, ou pour apprendre à se « déconnecter » pour mieux se ressourcer
- Intervention dans le cadre de TMS (troubles MusculoSquelettiques) pour apprendre à mieux gérer sa douleur
- Intervention dans le cadre de campagne « anti-tabac »



## Espace Luminorelaxation

Mise en place d'un espace avec la technologie Psio® (lunettes de luminothérapie) équipées d'un lecteur MP3 avec programmes de relaxation et de récupération

