

# Prestations et Tarifs

## Coaching et Cohésion d'équipe

*Les accompagnements de coaching, individuels ou en équipe, s'adressent à tous types de personnes, allant du particulier avec une demande bien précise à un groupe en entreprise ou en association désirant récompenser son équipe ou travailler sa cohésion.*

*Ils abordent une grande variété de thématiques, entre autres autour de notions de développement personnel et des rapports interpersonnels qui permettent à la fois de progresser individuellement et collectivement.*

*Riche du travail introspectif qu'il a effectué sur lui depuis maintenant plusieurs années et de par sa formation de coaching professionnel, Mehdi vous proposera un accompagnement individuel dans la bienveillance, l'écoute et avec toute sa sensibilité, parfaitement adapté à vos objectifs ou projets personnels et/ou professionnels.*

*Le mélange singulier et la rencontre de deux univers très complémentaires au service du coaching d'équipe : voici comment peut se résumer en une phrase le style d'accompagnement à part entier du coach Mehdi.*

*Ce type d'accompagnement permet aux personnes de se réaliser, aussi bien elles-mêmes qu'au sein d'un collectif et à travers un cadre différencié qu'est le golf.*

*Vous allez découvrir, ci-après, toutes les prestations proposées par le coach Mehdi.*



## Incentives et Team Buildings (1/2)

*Quel est la différence entre l'incentive et le team building et que choisir de plus approprié pour votre équipe ?*

*Dans les deux cas, l'accompagnement lors de ces prestations a le même but : renforcer la cohésion et les liens d'une équipe entre les différentes personnes à l'intérieur de celle-ci !*

*La différence et la valeur ajoutée de ces deux accompagnements d'équipe est qu'ils sont proposés dans un contexte différencié et original, hors et loin du cadre de travail : le parcours verdoyant d'un golf.*

*A travers des ateliers spécifiques et choisis en fonction du but recherché par le demandeur d'ordre, le coach Mehdi s'adaptera parfaitement à vos objectifs, que vous soyez en entreprise, en association, en collectivité ou tout autre groupe.*

### **L'Incentive ou Initiation :**

*L'incentive a pour but de récompenser une équipe dans le cadre du travail ou pour un contexte particulier. Cela permet aussi de motiver les collaborateurs ou individuellement et renforce le sentiment d'appartenance à l'entreprise, au groupe.*

*Elle se décompose comme une initiation de golf améliorée, sur 1h, 1h30, 2h ou plus : tous les formats sont possibles et ajustables à la demande !*

- *Améliorer la cohésion d'une équipe*
- *Récompenser une équipe*
- *Stimuler et valoriser les personnes au sein d'une équipe*

### **Incentive\*\* :**

A partir de 25€ / personne 1h.

Toutes les prestations sont effectuées sur mesure, possibilité d'adapter le temps et le nombre de personne : sur devis.

## Incentives et Team Buildings (1/2)

### Le Team Building :

*Le team building, littéralement « construction d'équipe » permet principalement de renforcer les liens au sein d'une équipe et de créer ou améliorer une cohésion au sein de celle-ci à travers des jeux ou ateliers tout en passant un bon moment.*

*En fonction de l'objectif du demandeur d'ordre, le coach Mehdi mettra en place différents ateliers, autour du jeu de golf. Ceux-ci feront appel à l'intelligence collective et les différentes compétences personnelles, permettant de fédérer et stimuler les différents collaborateurs autour d'un ou plusieurs objectif(s) commun(s).*

- *Améliorer la cohésion et la communication au sein d'une équipe*
- *Renforcer les liens déjà existants à travers un groupe*
- *Permettre d'accueillir de nouveaux membres d'une équipe*
- *Aide à fusionner deux équipes, un groupe*
- *Améliorer la performance collective*

### **Team Building\*\* :**

A partir de 35€ / personne 1h.

Toutes les prestations sont effectuées sur mesure, possibilité d'adapter le temps et le nombre de personne : sur devis.

\*\*Voir modalités avec Mehdi, prestations sur mesure, sur devis

## Golf-Coaching Expérientiel\*

*Le "Golf-Coaching Expérientiel", à la manière de "l'équi-coaching", est un accompagnement qui s'effectue par l'intermédiaire d'une activité et dans un cadre complètement dissocié du milieu professionnel et personnel.*

*C'est un coaching que l'on peut qualifier d'"expérientiel" car à travers des ateliers de golf mais avec une ingénierie de coaching spécifique, il permet de mieux prendre conscience de certains aspects de nous-même. Il met en lumière certains traits récurrents de notre personne. Il nous fait questionner également sur nos réactions et sur nos interactions avec les autres.*

*Ces constats peuvent être transposables dans d'autres domaines de vie, personnels ou professionnels. Ils concerneront des sujets comme la gestion des émotions, l'observation de nos croyances, la confiance en soi, le regard que vous portez sur vous-même, l'optimisation du temps, de process, la prise de décisions, l'observation et l'analyse des langages verbaux et non-verbaux, la capacité à s'adapter, communiquer et interagir avec son environnement et bien d'autres notions encore...*

*Laissez-vous surprendre par cet accompagnement atypique mais qui ne vous laissera pas indifférent... A n'importe quel moment de la séance, il pourra vous étonner, vous toucher et il suscitera chez vous des interrogations rien que par les mises en situation immersives dans lesquelles vous allez être confrontées. Tout ceci dans un cadre vert, bienveillant et propice à la réflexion.*

**Golf-Coaching Expérientiel** : Prestation uniquement sur mesure et sur devis, contactez directement le coach Mehdi.

## Accompagnements individuels

*Les accompagnements individuels vous permettront d'être coaché sur la demande de votre choix et de façon à parvenir à l'objectif que vous vous serez fixé.*

*L'accompagnement avec le coach Mehdi se décompose en plusieurs séances de plus ou moins 1h chacune. Elles permettent d'explorer de manière systémique la demande que vous aurez formulée au préalable dans un entretien préliminaire\*.*

*Grace à l'aide d'outils et d'exercices spécifiques de coaching utilisés en fonction de votre problématique, vous cheminerez progressivement vers l'atteinte de l'objectif que vous vous étiez fixé !*

*Les demandes peuvent aborder un grand nombre de sujets variés. L'accompagnement peut porter sur les thématiques suivantes :*

- *Le développement de la confiance en soi / de l'estime de soi*
- *L'écoute et la gestion de ses émotions*
- *L'écoute et la gestion de son stress*
- *L'équilibre de vie (vie personnelle / vie professionnelle)*
- *L'identification et la mise en avant de ses talents*
- *La gestion de son temps / de ses priorités*
- *La prise de décision*
- *La clarification d'un projet*

### **Tarifs et conditions Accompagnement Individuel :**

- La séance est au tarif de 70€ (plus ou moins 1h). Un processus de coaching, c'est en moyenne 5 à 12 séances d'accompagnement.
- L'entretien préliminaire\* de 1h est gratuit. Il sert à la fois à écouter la nature de votre demande mais aussi à exposer le cadre d'un accompagnement individuel de coaching.
- L'accompagnement s'effectue principalement ou intégralement par téléphone mais il est également possible de mener certaines séances par visio et/ou dans un endroit physique.
- Pour plus de renseignements, n'hésitez pas à me contacter directement.