



# Etienne Schappler

Coaching | Motivation | Inspiration

---

[www.etienneschappler.com](http://www.etienneschappler.com)



# Table des matières

Qui suis-je ?	p. 3
Proposition des accompagnements	p. 4-5-6
Tarifs	p. 7
Ce que vous en pensez	p. 8
Contacts	p.9

# Qui suis-je ?

« *J'ai toujours été un grand passionné de l'être humain, de son fonctionnement, de sa complexité et de son rayonnement.* »

**J'ai mis de nombreuses années à me demander où cette passion allait m'emmenner.** J'ai tout d'abord été charpentier pendant 10 ans à l'Association Ouvrière des Compagnons du Devoir. Durant ce laps de temps, j'ai eu l'occasion de voyager en France et à l'étranger pour non seulement acquérir de nouvelles compétences professionnelles, mais aussi continuer d'apprendre sur l'être humain, sur les cultures,... Je devais nourrir cette soif d'apprendre et d'appréhender le fonctionnement de chaque individu.

Puis, durant les 4 dernières années de ce chapitre professionnel, j'ai été professeur de charpente. Précieuses années qui m'ont appris à adapter ma pédagogie à chacun tout en prenant en compte les différences et les particularités de mes élèves.



Durant toutes ces années, j'ai toujours eu à cœur de retransmettre mon savoir et d'accompagner les personnes aux portes de leur propre vie...

**J'ai mis 10 ans à comprendre ma mission de vie.** Je me suis rendu compte que le dépassement de soi, le respect, la liberté et la retransmission sont les valeurs qui me définissent et me font vibrer. Je me suis tout naturellement réorienté vers ce qui donne du sens à ma vie tout en étant en parfait accord avec mes forces et mes fragilités : **l'accompagnement des personnes pour les aider à dépasser leurs peurs et leurs blocages afin qu'elles puissent vivre la vie qu'elles méritent.**

« *Quoique tu rêves de faire, fais-le. L'audace a du génie, du pouvoir, de la magie* » **Goethe**

S'autoriser à rêver, et surtout, **s'autoriser à transformer ses rêves en réalité** demande beaucoup d'audace. De l'audace pour aller contre ses peurs et ses blocages, pour s'écouter et mettre de côté la pression sociale, pour aller par moments à contre-courant car "c'est comme ça que je le sens"... L'audace nous permet de nous donner une chance d'être plus équilibré(e), plus épanoui(e), en bref, d'avoir une vie plus heureuse.

Je suis persuadé que **nous avons tous droit à une vie remplie de bonheur, de sérénité et d'épanouissement.** Et **c'est dans ce sens que j'axe mon métier.**

# Proposition des accompagnements

*Les différents accompagnements peuvent se faire à court, moyen ou long terme*



# LEADERSHIP

## **Gestion du temps et organisation de travail :** *Prendre du temps pour en gagner ou comment mieux s'organiser ?*

### Objectifs :

- Acquérir des outils et des méthodes qui permettent une organisation optimale
- Mettre en place de nouvelles habitudes qui empêchent la procrastination
- Prendre conscience de son mode de fonctionnement et savoir comment gérer les baisses de motivation

## **Communication/Gestion des conflits :** *S'affirmer et communiquer avec impact dans le respect de soi et des autres*

### Objectifs :

- Comprendre le sens de l'écoute
- Apprendre à écouter en profondeur, sans critique ni jugement
- Pouvoir s'exprimer avec bienveillance et clarté
- Comprendre et gérer un conflit

## **Gestion du stress :** *Comprendre le stress et apprendre à le gérer*

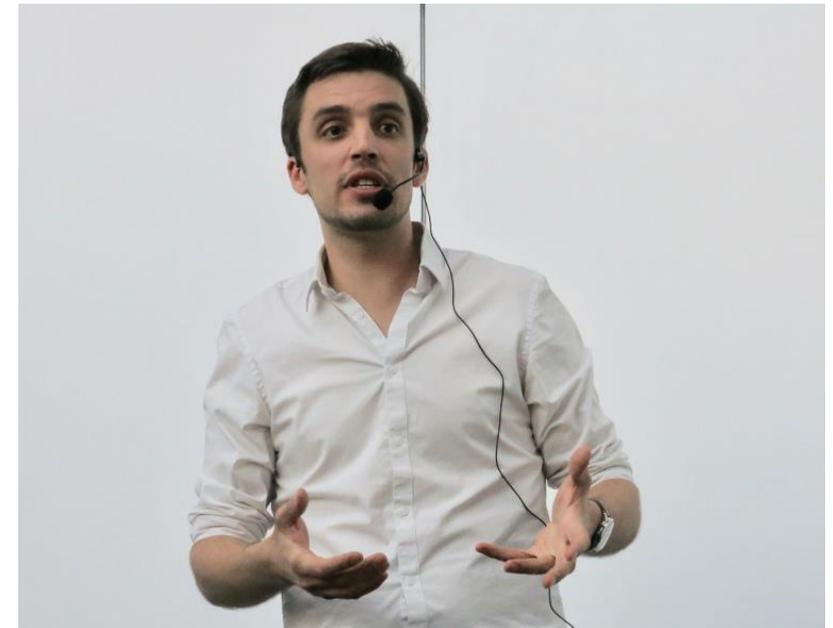
### Objectifs :

- Comprendre comment le stress est créé dans notre cerveau
- Comprendre l'importance d'en tenir compte pour sa santé physique et mentale
- Analyser, comprendre et gérer le stress

## **Accompagnement de projets :** *Être accompagné dans un projet*

### Objectifs :

- Définition d'un objectif à atteindre
- Avoir une clarté absolue
- Mise en place d'un planning et d'un plan d'action
- Apprendre comment rebondir sur les échecs et sur les baisses de motivation



## COACHING PERSONNEL / PERSONAL BRANDING



### **Personal Branding** : *Se connaître pour mieux se démarquer et mieux communiquer*

Pour réussir, il est important de se démarquer en mettant en avant qui l'on est pour que les clients puissent s'identifier. Le Personal Branding permet de tout d'abord se connaître (faire le point sur ses objectifs et mettre des mots sur sa personnalité) pour ensuite se faire connaître (construire sa stratégie de communication) et enfin se faire reconnaître dans son milieu.

#### Objectifs :

- Prendre conscience, mettre des mots et affirmer ses points forts, ses talents et sa valeur ajoutée
- Oser mettre en avant sa différence
- Se démarquer de la concurrence
- Devenir visible sur le marché tout en étant authentique

### **Connaissance de soi et de ses valeurs/Trouver sa place** : *Mettre des mots sur ses moteurs et ses sources de motivation pour être équilibré et épanoui grâce au SISEM.*

Le SISEM est un modèle simple et pratique qui permet d'identifier les principaux moteurs d'un individu afin d'en déduire ce qui le fait vibrer pour donner le meilleur de lui-même et au final se sentir (enfin) à sa place.

#### Objectifs :

- Mieux se connaître
- Révéler ses talents
- Élaborer un projet professionnel source d'épanouissement
- Mettre des mots sur ses valeurs et ses besoins
- Définir ce qui nous fait vibrer dans la vie

# Tarifs

*Afin de vous proposer un service qui corresponde à vos attentes, le premier RDV (téléphonique ou de visu) est offert.*

- **Coaching** (de 1 à 4 personnes) : 60€ HTVA/heure\*
- **Atelier en groupe** (de 5 à 12 personnes) : 100 € HTVA/heure\*. Si plus de 12 personnes, le prix sera à déterminer. Lors des ateliers, le matériel est fourni et les participants repartent avec des supports pratiques.
- **Conférence** : À déterminer ensemble
- **Pack** : Chaque proposition est déclinable en Pack. De cette manière, vous gagnez en clarté et vous savez où vous allez.
  - Pack coaching :
    - 1 mois : 3 coachings d'1h – 165€ HTVA\*
    - 2 mois : 5 coachings d'1h – 260€ HTVA\*
  - Pack atelier :
    - 1 RDV en amont pour affiner la demande et déterminer l'objectif à atteindre + 1 atelier d'une demi-journée (4h) – 400€ HTVA\*
    - 1 RDV en amont pour affiner la demande et déterminer l'objectif à atteindre + 2 ateliers d'une demi-journée (4h) – 760€ HTVA\*

Que ce soit en individuel ou en groupe, les coachings sont accompagnés d'exercices pratiques afin de « vivre » et d'intégrer la matière.

Vous souhaitez une autre formule à l'image d'un pack (prix avantageux avec date de début et de fin) ? N'hésitez pas à me contacter pour en discuter, nous trouverons une solution.

*\*Les frais kilométriques ne sont pas compris dans les tarifs.*

## Ce que vous en pensez

« Étienne est passionné par son activité et **il transmet sa passion de vivre**, d'un point professionnel et personnel. J'ai rarement rencontré de formateur aussi Humain ».

Patrice Decoeur - Consultant SEO & stratégie web



« Une belle personne avec un professionnalisme et une grande connaissance de l'humain. **Pour lui chaque personne est unique !**»

Sarah Rondao Pestana – Gérante d'Easy Swing, l'une des plus grandes écoles de danse de swing de Belgique

« Lorsque j'ai fait appel à Étienne, j'étais perdue entre des aspirations professionnelles fortes. Il fallait que je pose des choix pour avancer dans la vie et surtout pour me retrouver et reprendre confiance en moi. **Étienne m'a permis de prendre du recul et de voir ma situation autrement. Aujourd'hui, ma vie a changé !** Je suis très reconnaissante d'avoir reçu une aide si juste et bien ficelée qui m'est encore utile aujourd'hui ! »

Hélène Bodart - Illustratrice

« Salut Marc, Etienne a eu un très grand effet sur moi. Il m'a rassuré et épaulé parfaitement. **Merci d'avoir pensé à nous !** ».

Message envoyé par Jean à l'employeur qui a fait appel à mes services pour travailler sur la gestion du stress

# Contactez-moi

PAR TÉLÉPHONE : +32 495/79.06.48

PAR MAIL : [INFO@ETIENNESCHAPPLER.COM](mailto:INFO@ETIENNESCHAPPLER.COM)

ET VISITEZ [WWW.ETIENNESCHAPPLER.COM](http://WWW.ETIENNESCHAPPLER.COM)

*« J'ai vu plus loin que les autres parce que je me suis juché sur les épaules de géants » - Newton*