

PARCOURS IN.LINE

Mieux se connaître
pour fédérer autrement

Programme d'une journée à 45 min de Paris



Éclos&Co
Cultivez vos soft skills

SOMMAIRE

Page 3



Le Parcours IN.LINE

Pourquoi et pour qui ?

Page 5



Éclos&Co x Stéphanie

Un parcours pensé pour se reconnecter à soi et renforcer son impact relationnel.

Page 6



Programme du Parcours IN.LINE

Le détail de la journée apprenante et son suivi post expérience

Page 8



Découverte de la pépinière

Ancien moulin rénové en pleine forêt

Page 10



Offre et infos pratiques



PARCOURS IN.LINE

POURQUOI ?

Parce que dans un monde professionnel en accélération, bien communiquer ne suffit plus. Pour inspirer durablement, il faut d'abord être aligné intérieurement. Inline offre un temps pour revenir à soi, renforcer son impact relationnel et bâtir une communication plus claire, authentique et durable.

Aujourd'hui, pour être entendu et inspirer, il ne suffit plus de transmettre des informations : il faut incarner ses messages.

POUR QUI ?

- Managers, responsable d'équipe, chefs de projet, coordinateurs

Qui souhaitent :

- Renforcer leur impact relationnel
- Communiquer avec plus d'authenticité
- Trouver leur juste place au sein d'un collectif

PARCOURS IN.LINE

Notre approche pédagogique :

IN.LINE s'appuie sur la pédagogie Tête-Cœur-Corps d'Éclos&Co, mêlant exercices réflexifs, intelligence collective, expression authentique et ancrage corporel.

Chaque moment est pensé pour provoquer des déclics personnels dans un environnement naturel et inspirant.

En mobilisant la dynamique de groupe, les émotions et la présence à soi, le programme invite chacun à se reconnecter à son identité professionnelle et à son style relationnel.

Il suffit de venir avec l'envie de se découvrir et de se laisser porter par l'expérience.



ÉCLOS&CO X STEPHANIE

Stéphanie Haas :

Coach professionnelle certifiée, Strategist en Personal Branding (CPBS), formée à la phase 1 de l'Élément Humain® , à l'Arbre de Vie, et à la préparation mentale méthode Accéder®, Stéphanie accompagne depuis plus de 10 ans dirigeants et managers et équipes à mieux se connaître pour mieux communiquer et mieux se relier.

Sa force : mettre en mouvement ce qui est figé, révéler ce qui est authentique, dans un cadre sécurisant, dynamique et porteur. Elle est aussi TEDx speaker, ex-dirigeante commerciale, et hôte du podcast La Niaque : ce qu'elle transmet, elle le vit et l'incarne.

Le programme IN.LINE est né de la rencontre entre :

Stéphanie Haas, spécialiste de l'alignement personnel et de la communication authentique, engagée depuis plus de 10 ans auprès de dirigeants et d'équipes.

IN.LINE est une invitation à cultiver ce qui nous rend uniques et vivants, pour mieux inspirer, mieux relier et mieux transmettre.



PROGRAMME

JOURNÉE APPRENANTE

JOURNÉE

09h30-17H

MATIN – SE DÉCOUVRIR & S'ALIGNER INTÉRIEUREMENT

BLOC 1 : SE CONNECTER AU GROUPE ET À SOI

- **Ice breaker « Balle et Mémoire »** : Créer une dynamique ludique et favoriser l'attention aux autres dès le démarrage.
- **Auto-positionnement graphique** : Prendre conscience de sa posture de communication actuelle pour mieux visualiser ses évolutions.
- **Inclusion et posture d'appartenance** : Explorer sa posture d'appartenance et d'ouverture dans un collectif, pour mieux comprendre son impact relationnel.

BLOC 2 : DÉPLOYER SON IDENTITÉ PROFESSIONNELLE

- **L'Arbre de Vie Professionnel** : Se reconnecter à ses racines, forces et aspirations pour poser les bases de son identité professionnelle authentique.

Soft skills travaillées : Création de lien - Conscience de soi - Ouverture au collectif - Connaissance de soi

APRÈS-MIDI – S'EXPRIMER & AFFINER SA COMMUNICATION

BLOC 3 : AJUSTER ET ALIGNER SA COMMUNICATION

- **Miroir – Contrôle & Ouverture** : Observer son rapport au contrôle et à l'ouverture pour mieux ajuster sa posture relationnelle.
- **Identité Relationnelle & Marque Personnelle** : Clarifier son style, son identité et son impact pour construire une communication managériale authentique.
- **Pause créative libre**: Enrichir sa fiche Personal Branding ou exprimer intuitivement son ressenti.

BLOC 4 : AFFIRMER SON INTENTION

- **Affirmer mon why** : Ce que je veux incarner
- **Cercle de clôture & engagement**: Ancrer les prises de conscience et repartir avec un mémo personnalisé pour guider sa communication future.

Soft skills travaillées : Adaptabilité relationnelle - Clarté de communication - Alignement personnel - Expression authentique - Engagement durable

SUM POST EXPERIENCE

3 SUIVIS INCLUS

En distanciel, en visio, en groupe

SUIVI POST EXPERIENCE SUR 3 MOIS AVEC SESSION DE 1H À 1H30

Objectif : Transformer l'expérience immersive en changements concrets et durables.

3 sessions collectives avec tous les participantes en visio pour poursuivre la dynamique du séjour, nourrir les engagements, partager les défis et intégrer les apprentissages au quotidien.

SESSION 1 → JE PLANTE : ANCRAGE ET DÉFIS

Objectif : Aligner ses actes avec son identité professionnelle

- Revenir sur son WHY
- Analyser les premiers ajustements observés dans son environnement professionnel.
- Identifier ce qui a facilité ou freiné l'incarnation de son style de communication managériale.

SESSION 2 → J'ÉCLOS : AFFINER SA POSTURE RELATIONNELLE DANS L'ACTION

Objectif : S'appuyer sur le collectif pour soutenir la mise en pratique et dépasser les freins.

- Approfondir son rapport à l'ouverture, à l'écoute et à l'impact émotionnel.
- Travailler la conscience de ses signaux relationnels et ses ajustements possibles.
- Développer une communication proactive, congruente et incarnée.

SESSION 3 → JE RAYONNE: DÉPLOYER SON MESSAGE AUTHENTIQUE

Objectif : Célébrer les avancées et ouvrir une vision d'impact plus large.

- Finaliser et clarifier sa Mission de Communication Managériale.
- Se projeter dans une communication inspirante, alignée et porteuse de sens.

LA PÉPINIÈRE

ROBIN
DES
MOULINS

UN ANCIEN MOULIN À EAU RÉNOVÉ

Robin des moulins vise à offrir une nouvelle vie à un ancien moulin à eau qui allie le charme d'une maison de campagne aux installations pensées pour les besoins des professionnels : on s'y sent comme à la maison

UN LIEU CHOISI POUR LE PROGRAMME IN.LINE

- Un lieu pensé pour l'apprentissage et l'expérimentation
- Une pédagogie en lien avec l'environnement
- Une cohérence avec l'objectif du programme.

REPAS INCLUS : ÉQUILIBRÉS ET LOCAUX

- Petit-déjeuner énergétique pour bien démarrer la journée
- Déjeuner préparé avec des produits frais et de saison
- Options végétariennes & spécifiques disponibles



LA PÉPINIÈRE



INFOS PRATIQUES

TRANSPORT

À la charge du participant

TRAIN : 45 min depuis la Gare du Nord

Gare d'Esches > Robin des Moulins : 10 min de marche collective

VOITURE : 50 min de Paris

OFFRE

Participants : 12 personnes maximum

Lieu : 45 minutes de Paris

Durée : 1 journée

Tarif : incluant repas, collation et suivi post-expérience

Réservation : prendre rendez-vous sur notre site internet, rubrique "demandez un devis" ou par mail à contact@eclosandco.fr

Infos complémentaires : Rubrique "Nos parcours → Parcours In.Line"

Contactez nous

www.eclosandco.fr



Éclos&Co

Cultivez vos soft skills

Contactez nous !

INFOS & RÉSERVATIONS

Email : contact@eclosandco.fr

Site : www.eclosandco.fr