

INGÉNIEURE, RESPONSABLE DE COMMUNI-CATION & COACH CERTIFIÉE RNCP1

Compétences

Créativité, esprit d'analyse et de synthèse, adaptabilité, aisance relationnelle, écriture fluide, vision globale.

Diversité des domaines de compétences (multi-potentiels) Anglais et allemand

Formations professionnelles

Coach professionnelle certifiée RNCP1 équivalent bac+5 Formation Linkup coaching Paris 2018-19 Coachings professionnels et personnels, spécialisés dans les transitions de vie, dans le burn-out et la communication, ainsi que dans le coaching des personnes HPI et « atypiques ».

Pour en savoir plus, http://www.substantifique-coaching.fr

Responsable de communication

Cegos Paris - 2014

Passeports to

people & project management

Ingénieur calcul scientifique (Nice Sophia Polytech) 1998 Maîtrise de mathématiques pures (Nice - UNSA)

Formations dans les relations humaines

Communication Non violente

CNV et gouvernance écologique : 3 premiers modules avec Somato Psycho Pédagogie - Formateurs agréés - 2011 (suite page suivante)



Parcours professionnel

Responsable communication interne de Thales Alenia Space Cannes (2200 personnes) depuis 2014 (en poste)

Communication interne en lien étroit avec la direction de l'établissement de Cannes et les Ressources Humaines. Communication managériale

Plan de communication et déploiement du projet « Space for Life » (baseline de l'entreprise) sur l'ensemble des sites européens de Thales Alenia Space.

Calendrier éditorial pour communication des jalons clé sur les programmes spatiaux de l'entreprise.

Forte implication dans la qualité de vie au travail, avec déclinaison des événements nationaux annuels, comme la SQVT (Semaine Qualité de Vie au Travail ANACT) - voir section « Mes Pierres à l'édifice »

Ingénieur en informatique scientifique à Thales Alenia Space de 2000 à 2014

Gestion de projets transversaux dimensionnants : externalisation des moyens de simulation TAS France, projet institutionnel en partenariat avec EADS, INRIA, CNRS...

Ingénieur développement logiciel Amadeus 1999

Ingénieur bureau de calcul Dassault Aviation 1998



CREER et VIVRE

Les associations

Création d'<u>ALIO MODO</u> en 2016 (en activité depuis 2014)

Création d'<u>Espace Danse</u> en 2006

Les collectifs

Lancement du collectif collectif **Demain@TAS** en 2018

Lancement du réseau mixité à



Cannes en 2018

Ma pierre à l'édifice

Dans le monde de l'entreprise

Les conférences organisées dans le cadre de la qualité de vie au travail :

- Venue de <u>Christophe André</u> avec « Cerveau Zen en entreprise » en 2015 et « La méditation comme outil d'équilibre » en 2016
- Venue de <u>Dominique Steiler</u> en 2017 avec
- « La Paix économique »
- Venue de <u>Cyril Dion</u> en 2018 avec une conférence sur les thèmes abordés dans <u>le film Demain</u>
- Venue de <u>Thomas D'Ansembourg</u> en 2018 avec « La communication non violente en entreprise »

Les collectifs:

- Lancement du collectif <u>Demain@TAS</u> depuis 2018 avec réseaux Alimentation et Biodiversité, Transition énergétique, Communication et éducation
- Mise en place ateliers de méditation plein consciences et de cycles MBSR (Mindfulness Based Stress Reduction) depuis 2015
- Lancement d'un réseau mixité à Thales Alenia Space Cannes, dans la continuité de ce qui était proposé dans les autres entités Thales depuis 2018

A l'extérieur

ALIO MODO depuis 2014

A vocation éducative : ateliers d'une journée et une semaine en résidentiel chaque année pour des groupes de jeunes, basés sur la communication non violente, le savoir vivre ensemble, le rythme, le théâtre, les sciences physiques, le lien avec la nature, la méditation...





Danse et thérapie, méditation pleine conscience, en mouvement vers soi et vers la vie

Formation en **danse thérapie** et geste rythmé, **Expression primitive** avec France Schott Billman 2012 - diplôme du Conseil International de Danse CID, UNESCO, Paris - 2015

Danse des 5 rythmes avec Guillaume Laplane et Marie Motais (Life Art Process) depuis 2013

Méditation pleine conscience avec <u>Christophe</u> <u>André</u> et <u>Geneviève Hamelet</u> 2015-2019 (en cours)

Yoga depuis 1986

Taijiquan avec Brice Amiot

Constellations familiales avec Eric Laudière 2011-2012

Psychothérapie jungienne avec Françoise Serreau (commencée en 2001)

MOUVEMENT DE VIE

J'ai toujours **dansé**. J'ai commencé par la danse classique, que j'ai aimée et pratiquée, beaucoup et longtemps. Suite à une **analyse jungienne** avec Françoise Serreau, j'ai décidé d'allier les deux, la danse et la thérapie, et je me suis naturellement dirigée vers la **danse-thérapie**. J'ai ainsi rencontré France Schott-Billman, ethnologue et psychanalyste. Elle m'a apporté l'ancrage et le retour aux sources dont j'avais besoin avec l'expression primitive.

Puis, j'ai découvert la danse des 5 rythmes et ses espaces de danse libre et d'**expression personnelle**.

Je suis également allée visiter la **psycho-généalogie** et la **Communication Non Violente**.

Du yoga, qui m'a accompagnée tout au long de ma vie, en passant par le taijiquan, je suis arrivée au mouvement lent et conscient, pour parvenir naturellement à la **méditation pleine conscience**, que j'ai rencontrée et pratiquée avec Christophe André et Geneviève Hamlet.

Pour allier et relier ces domaines variés, j'ai alors décidé d'entreprendre une formation de **coaching**, complète, permettant d'accompagner aussi bien un individu qu'un groupe.

Ainsi, avec une boîte à outils solide et variée, je peux continuer mon parcours au service du développement personnel,

domaine qui m'a toujours passionnée et a été un moteur puissant tout au long de ma vie.

http://www.substantifique-coaching.fr/