



# Offre de Services Cala Consulting

Joanna MENEZES - 2024

# Partie 1 : Offre de Coaching Individuel

# Le saviez-vous?

Le terme "coaching" dérive d'un ancien mot anglo-saxon désignant une voiture.

Pour résumer, le coaching est donc comparable à un véhicule qui transporte un client de là où il est maintenant dans sa vie vers là où il veut être.

*Veillez noter que la forme masculine utilisée dans ce document désigne aussi bien les femmes que les hommes. Le genre masculin est utilisé sans aucune discrimination et dans le seul but d'alléger le texte.*



# Le coaching individuel : de quoi parle-t-on?

## Objectif

Traiter une problématique professionnelle en échangeant avec la coach

## Descriptif

Par le biais d'entretiens individuels et grâce à des techniques comme le questionnement, l'écoute active, la reformulation ou le feedback positif, la coach aide son coaché à prendre conscience de ses ressources et de ses limites vis-à-vis de son objectif. Elle l'aide ensuite à faire émerger des solutions, à se mettre dans une dynamique positive et à définir un plan d'action précis pour atteindre l'objectif fixé.

## Modalités

- Programme de 3 à 10 séances de coaching d'1h30
- Durée : entre 3 et 6 mois
- Lieu : dans les locaux de la coach à Paris ou en distanciel



# Exemples de thématiques de Coaching Individuel

1

Réussir sa prise de poste

2

Mener à bien une transition professionnelle

3

Améliorer sa performance en tant que leader ou manager

4

Développer des compétences professionnelles spécifiques

5

Atteindre une plus grande efficacité interpersonnelle avec l'outil DiSC®

*Toutes les prestations sont réalisées en français ou en anglais,  
en face à face ou à distance*



# Réussir sa prise de poste

## Objectifs

- Cerner les attentes liées au poste (attentes exprimées et non exprimées)
- Identifier ses atouts vis-à-vis de la mission et les points de vigilance
- Se questionner sur les éléments culturels du nouvel environnement et comment s'y adapter
- Établir des liens avec ses collaborateurs, ses collègues et sa hiérarchie
- Cartographier le réseau interne et construire sa stratégie de prise de contacts pour les premières semaines

# Mener à bien une transition professionnelle



## Objectifs

- Réaliser un bilan de carrière
- Définir un projet professionnel en accord avec ses compétences, ses valeurs et ses choix de vie, à court et à long terme
- Confirmer ses ambitions grâce à une démarche réseau efficace
- Optimiser ses outils de communication (CV, pitch, profil LinkedIn) et se préparer aux entretiens d'embauche et aux négociations salariales
- Formuler une stratégie de recherche d'emploi pertinente

# Améliorer sa performance en tant que leader ou manager

## Objectifs

- Prendre du recul quant à son rôle de manager : missions et objectifs
- Faire le point sur son style et ses pratiques de management
- Identifier les challenges rencontrés et les solutions à mettre en œuvre pour croître la confiance et la cohésion de l'équipe
- Développer son intelligence émotionnelle et culturelle
- Élaborer un plan d'action personnel pour continuer à développer ses compétences en matière de leadership



# Développer des compétences professionnelles spécifiques

ex : communication, intelligence organisationnelle, émotionnelle ou culturelle...



## Objectifs

- Clarifier la compétence professionnelle à développer : contexte, nécessité, motivation ...
- Définir les résultats souhaités par rapport à l'objectif
- Explorer l'objectif pour comprendre les implications, les aspirations et les éventuelles croyances ou injonctions limitantes qui y sont associées.
- Tenir compte de ses valeurs personnelles, de ses besoins et de sa personnalité
- Réfléchir à des solutions et élaborer un plan d'action pour atteindre ses objectifs

# Atteindre une plus grande efficacité interpersonnelle avec l'outil DiSC®

## Objectifs

- Recevoir un débriefing détaillé du DiSC® après avoir rempli le questionnaire de profil dans un espace sûr et encourageant
- Apprenez à mieux vous connaître : comment vous gérez les conflits, ce qui vous motive et vous stresse, comment vous communiquez et résolvez les problèmes
- Comprendre les comportements des autres : ce qui vous ressemble et ce qui vous différencie et comment vous adapter
- Discuter de situations concrètes, des difficultés que vous avez rencontrées et de la manière de les surmonter
- Élaborer un plan d'action personnel pour développer vos compétences interpersonnelles à long terme

# Partie 2 :

# Offre de Formation Professionnelle

# Différents formats possibles

## Webinar

- Conférence en ligne interactive pour un grand nombre de participants

## Atelier

- Atelier de 2-3h pour un groupe de 6 à 8 personnes

## Formation

- Formation de 3h30, 7h ou 14h pour un groupe de 8 à 12 personnes

## Lunch & Learn

- Séances de 2h pendant la pause déjeuner pour découvrir les sujets D&I et en débattre

## Codéveloppement

- Séances de 2h30 d'intelligence collective pour des groupes de 6 à 8 personnes

# Exemples de thématiques Diversité & Inclusion

1

Favoriser la  
diversité et créer  
un environnement  
de travail inclusif  
pour tou.te.s

2

Devenir un.e  
manager  
inclusif.ve

3

Promouvoir  
l'égalité femme-  
homme en  
entreprise

4

Leadership pour  
les Femmes :  
Libérez la  
Puissance de  
Votre Leadership

5

Travailler dans un  
environnement  
multiculturel :  
défis et bonnes  
pratiques

*Toutes les prestations sont réalisées en français ou en anglais,  
en face à face ou à distance*



# Favoriser la diversité et créer un environnement de travail inclusif pour tou.te.s

## Objectifs du programme

- Distinguer les notions de « diversité » et « inclusion »
- Comprendre comment et pourquoi la D&I est un levier de performance pour les entreprises
- Prendre conscience de ses biais afin de définir des stratégies pour les neutraliser
- Connaître le cadre légal français de la discrimination au travail
- Adopter les bonnes pratiques pour promouvoir un environnement de travail inclusif pour tou.te.s

# Devenir un.e manager inclusif.ve

## Objectifs du programme

- Distinguer les notions "diversité et d'inclusion" et "égalité et équité"
- Débattre des défis de la diversité et du rôle des managers dans la création d'un environnement de travail inclusif
- Prendre conscience de l'impact des biais sur les pratiques de management
- Comprendre le cadre juridique français en matière de discrimination et les risques associés pour les managers
- Développer les pratiques managériales pour devenir un.e manager inclusif.ve au quotidien

# Promouvoir l'égalité femme-homme en entreprise

## Objectifs du programme

- Comprendre les enjeux et les avantages stratégiques de l'égalité femmes-hommes pour les entreprises
- Identifier les stéréotypes de genre afin de les surmonter
- Échanger sur la place à donner aux hommes dans le débat égalité professionnelle femme-homme
- Connaître les obligations légales françaises en matière d'égalité professionnelle et comment les mettre en œuvre
- Définir les pratiques managériales et organisationnelles pour une promotion efficace de l'égalité professionnelle entre les femmes et les hommes.



# Leadership pour les Femmes : Libérez la Puissance de Votre Leadership\*\*

## Objectifs du programme

- Explorer les barrières externes qui freinent les femmes sur le lieu de travail
- Identifier les barrières internes qui empêchent les femmes de réaliser leur plein potentiel
- Comprendre l'impact du marketing de soi et de la démarche réseau sur le leadership
- Maîtriser une communication efficace et assertive
- Définir un plan de développement personnel pour atteindre ses objectifs de leadership

*\*\*En collaboration avec **Marie Stephenson**  
de Stephenson Coaching*

# Travailler dans un environnement multiculturel : défis et bonnes pratiques

## Objectifs du programme

- Différencier les notions autour du thème de la culture
- Explorer l'impact de la culture sur les relations interpersonnelles en entreprise
- Prendre conscience des biais culturels afin de les surmonter
- Identifier les différences culturelles les plus courantes et comprendre son propre cadre culturel
- Définir des stratégies pour travailler efficacement dans un environnement multiculturel

# Qui est Cala Consulting?

Je m'appelle Joanna, je suis coach professionnelle certifiée et membre de l'European Mentoring and Coaching Council (EMCC) France.

En 2014, après une vingtaine d'année passées dans les ressources humaines, j'ai fondé Cala Consulting, un organisme de coaching et de formation dont les valeurs se résument à ces 3 mots:

- **Empower** (pour le développement personnel et professionnel)
- **Learn** (pour la formation continue)
- **Connect** (pour l'importance du réseau).

Mon objectif est d'aider les individus à **mener à bien leur carrière** dans un environnement de travail complexe et en constante évolution et d'aider les organisations à **créer et à promouvoir un lieu de travail inclusif** pour tou.te.s.

À ce titre, je propose des **programmes de coaching individuel** sur des thèmes tels que la prise de poste, le développement des compétences en tant que manager ou leader, la gestion des transitions de carrière et le développement d'une plus grande efficacité interpersonnelle grâce à l'outil de personnalité DiSC.

En outre, j'organise des **sessions de formation en entreprise** sur le D&I, l'égalité professionnelle femme-homme, le leadership pour les femmes, le management inclusif et les relations interculturelles.

De **double nationalité franco-britannique**, je travaille régulièrement **en français et en anglais** avec des entreprises basées en France et à l'international.

En 2020, j'ai fondé le **Cala Learning Hub**, une communauté d'apprentissage internationale qui propose des webinars mensuels en ligne sur différents thèmes de développement personnel et professionnel.

Les webinaires sont animés en français et en anglais, sont gratuits et ouverts à tou.te.s 😊



**Joanna MENEZES**

06 66 82 98 15

[j.menezes@cala-consulting.com](mailto:j.menezes@cala-consulting.com)

<https://www.cala-consulting.com/en/>



# Favorisons l'apprentissage continu !



Vous aimez découvrir de nouveaux sujets et partager vos bonnes pratiques ?

Si oui, rejoignez **Cala Learning Hub!**

Depuis janvier 2020, j'anime une communauté internationale d'apprentissage en ligne.

Mon ambition?

Permettre à des professionnels français et internationaux d'horizons et de secteurs d'activité différents d'échanger sur divers sujets de développement personnel et professionnel grâce à des réunions mensuelles animées par un groupe de coachs et de formateurs multiculturels.

Pour plus d'informations, cliquez [ici](#)

# Ils nous font confiance



TOKIOMARINE

