



# Parcours Manager Inspirant 2 jours

28 et 29 avril 2026

16 et 17 juin 2026

13 et 14 octobre 2026

8 et 9 décembre 2026

# Programme



Inclusion



M1 "Cadre et relation &



Engager mes équipes"

**Priscilla Saunier**



Inclusion



M4 "Libérer mon potentiel"  
**Nathalie Levy**



M5 "Découvrir mes Talents"  
**Ludovic Pessin**



Déjeuner



Déjeuner



Temps ressourçant



Temps ressourçant



M2 "Gagner en autonomie" Assertivité  
**Emmanuel Zecchini**



M6 Capsule  
"Management intergénérationnel"  
**Priscilla Saunier**



M3 "Confiance et motivation collective" :  
Fixation d'objectifs  
**Sylvain Cousin**



M7 "Affirmation de soi" &  
Mise en pratique  
**Benoît Vasse**



Déclusion



Déclusion

Jour 1

Jour 2

J + 30 jours

COACHING  
Séance 1h  
d'appropriation  
individuelle en visio:  
intégration des acquis

# Les Retours Clients

“Je ne veux pas entendre parler de formation, on a vécu des expériences atypiques, on progresse beaucoup plus avec votre format que des formations traditionnelles”

“Vraie expérience de dépassement de soi”

“Incroyable, unique”

“J'ai aimé le contenu et la façon de les amener , "une boîte à outils" prête à l'emploi, le cadre agréable et la bienveillance des formateurs”

“Je repars avec plus de clarté sur ce que je fais et surtout sur pourquoi je le fais.”

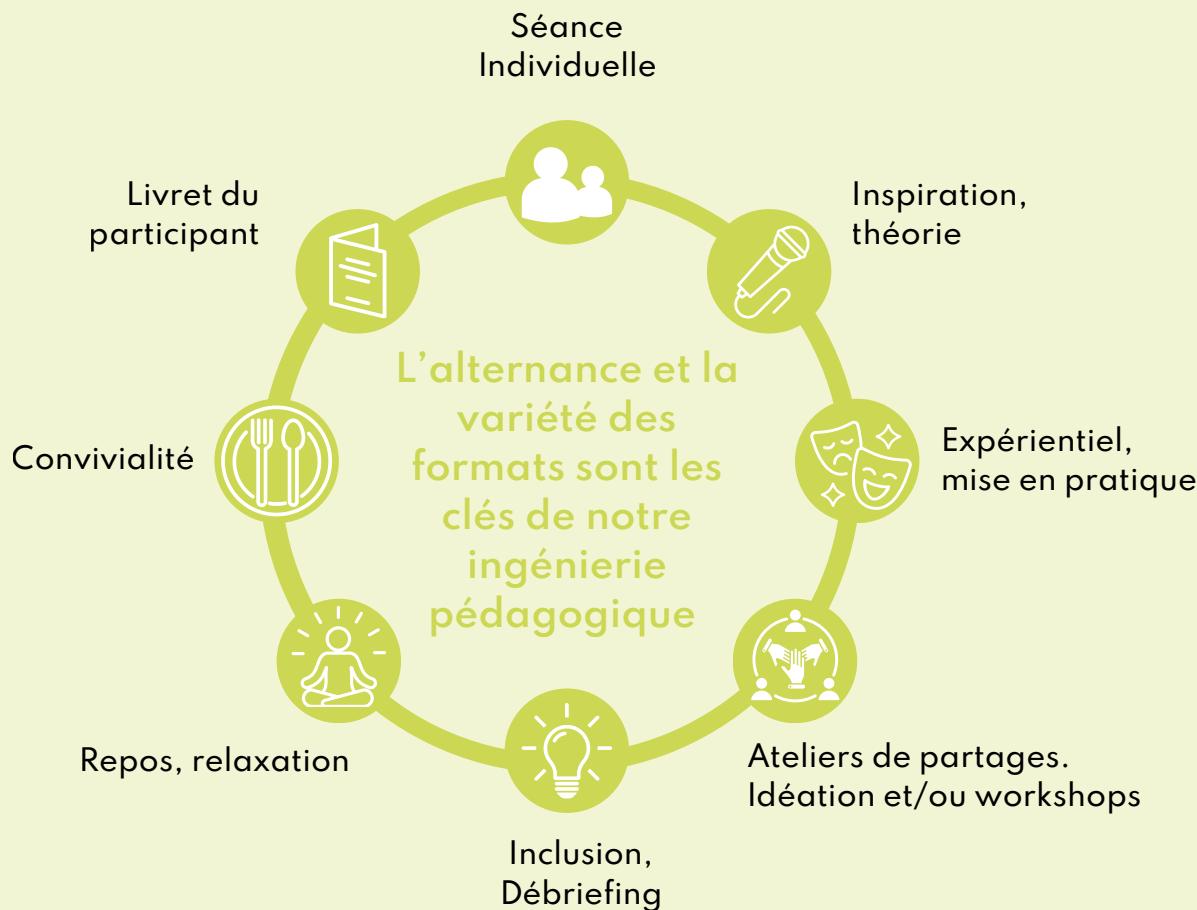
“J'ai compris des choses sur moi que je n'avais jamais vraiment pris le temps de regarder”

“Le partage de la journée entre théorie et pratique m'a permis d'intégrer beaucoup plus facilement les apprentissages”

“Le groupe a joué un rôle clé : on se rend compte qu'on n'est pas seul et je me suis vraiment reconnu dans les situations des autres”

“J'ai pris conscience de ce qui dépend vraiment de moi, et de ce que je peux lâcher.”

# Les Clés Pédagogiques



- Pédagogie basée sur la surprise, la rupture, l'émotion, le « pas de côté », l'engagement et l'expérientiel.
- Multiplication des vecteurs pour offrir une expérience tête, cœur, corps, et même esprit.
- Parcours apprenant conçu comme une “Learning Expedition” avec les techniques issues du coaching collectif pour favoriser l’émergence.
- Nos modules proposent une grande part d’expérientiel, des talks inspirants, des mises en pratiques et des partages entre pairs pour créer l’effet miroir.



# Le Parcours Manager, **En Détails**

# M1 : Cadre et relation, engager mes équipes



Inclusion



M1 "Cadre et relation :  
"engager mes équipes"



**Priscilla Saunier**



Déjeuner



Temps ressourçant



M2 "Gagner en  
autonomie" Assertivité  
**Emmanuel Zecchini**



M3 "Confiance et  
motivation collective" :  
Fixation d'objectifs  
**Sylvain Cousin**



Déclusion

Jour 1



## Les Objectifs

- Créer les conditions de l'engagement et de la responsabilisation par sa posture managériale.
- Faire preuve de courage managérial et inspirer confiance.



## Le Contenu

- La relation consciente
- Talk Inspirant "Quelle posture managériale pour créer l'engagement ?"
- Les 4 formes de reconnaissance non monétaire (travaux de JP Brun) pour savoir féliciter et dire merci à ses équipes.
- Savoir poser son cadre et recadrer
- Atelier de partage entre pairs



## Je Repars Avec

- Des outils concrets de management prêts à être mis en pratique.
- Des techniques pour poser un cadre clair et efficace.
- Des méthodes pour déléguer avec confiance et efficacité.
- Des formes de reconnaissance non-monétaire pour motiver et valoriser les équipes.



## Priscilla Saunier

Ingénieur HEI- Hautes  
Etudes Industrielles  
Conférencière

Femme de terrain, elle aime dire que c'est "celui qui porte la chaussure qui sait l'endroit où ça fait mal" et est convaincue que l'expérience, bien plus que la théorie, contribue à ancrer les apprentissages. Son mantra : "Le seul échec est celui de ne pas oser".

# A propos de l'intervenante...

Ingénieur de formation, Priscilla a un parcours managérial et entrepreneurial avec plus de 20 années comme dirigeante et entrepreneure : direction de plateformes industrielles en logistique (300 et 600 collaborateurs), de business unit (2200 collaborateurs), puis présidente du Groupe Maisonneuve et de la SAS Apprenances, et directrice générale dans la finance au sein du Groupe DLPK. Aujourd'hui elle dirige la Maison d'Alfred, centre de (trans)formation avec Emmanuel Zecchini et est aussi administrateur indépendant.

Priscilla a suivi une learning expédition entre leaders d'entreprises pendant 3 ans à travers la France sur le management, elle a également été membre d'un collectif de Sensei (Lean Sensei Partners) pendant 4 ans pour contribuer à la transmission de la posture managériale « Lean » en tant que consultante auprès d'entreprises en "crise de croissance".

Ces expériences l'ont amenée dans le cadre de ses responsabilités managériales à se passionner de transformation et de leviers motivationnels, donc aux rapports Humains, à la connaissance de soi, et à la relation authentique au service de la création de valeur.

Ainsi l'"apprenance" est devenue un de ses sujets de prédilection, dans son métier au travers l'animation et le suivi de collectifs, comme dans ses choix d'engagements associatifs : administrateur chez 60000 rebonds, membre du comité stratégique de l'association Aportéed'Elles et mentor chez LittleBigWomen.

Sportive, elle aime les challenges en équipe et pratique également la danse modern jazz pour le lâcher prise. Elle vit à Villeneuve d'Ascq avec son mari et ses quatre enfants.

# M2 : Gagner en autonomie” Assertivité



Inclusion



M1 “Cadre et relation :  
“engager mes équipes”  
**Priscilla Saunier**



Déjeuner



Temps ressourçant



M2 “Gagner en autonomie”  
Assertivité  
**Emmanuel Zecchini**



M3 “Confiance et  
motivation collective” :  
Fixation d’objectifs  
**Sylvain Cousin**



Déclusion

Jour 1



## Les Objectifs

- Encourager la prise de responsabilité. Porter l’innovation et favoriser l’initiative.
- Comprendre où je me situe dans mes relations managériales.
- Identifier ses leviers personnels au service de la gestion de conflit.



## Le Contenu

- Travailler la notion d’Assertivité grâce à des jeux de rôle avec une grille d’observation des comportements observables.
- Expérience collective pour intégrer par les mises en situation une posture d’équilibre très utile dans la gestion de conflits ou des relations sous tension.



## Je Repars Avec

- Auto-positionnement sur la posture d’Assertivité.
- Tips de progrès et chemin d’actions.



## Emmanuel Zecchini

Mentor coach  
Coach professionnel certifié  
(PCC) - ICF  
Intelligent Leadership  
Master Coach – JM  
University  
Master of Sciences - IÉSEG  
School of Management  
Certification en  
Administration – Université  
de Sherbrooke

# A propos de l'intervenant...

Emmanuel amène sa créativité et sa chaleur humaine au service de l'animation et du coaching de dirigeants. Ses 20 années d'expériences professionnelles en tant que fondateur, directeur exécutif, directeur marketing et communication, responsable de la stratégie digitale et consultant font de lui un partenaire solide pour accompagner ses clients à atteindre leurs niveaux de réussite personnelle et collective.

Emmanuel a alterné les créations d'entreprises (JAQK, Ezeo, VerticArt) et les postes de responsabilité opérationnelle au sein de grands groupes (Chanel, 3 Suisses, Vivendi). Il a vécu plusieurs années aux États-Unis, dans la Silicon Valley, puis à New York. Son parcours personnel a aussi été marqué par quelques cicatrices de vie qui lui ouvrent un espace de puissance et d'humilité au service de l'objectif de ses clients.

Facilitateur et formateur de coachs dans son école de coaching, il a acquis une bonne maîtrise du processus d'émergence collective. Il est également Professeur-Coach à l'IÉSEG et à l'ESSEC dans le cadre du parcours Talent, un programme innovant de Leadership personnel au niveau Master.

Marathonien, il s'est testé avec succès sur le triathlon (70.3) et pratique également le kitesurf. Il vit à Lille avec sa femme brésilienne-américaine et ses deux enfants.

# M3 : Confiance et motivation collective



Inclusion



M1 "Cadre et relation :



"engager mes équipes"  
**Priscilla Saunier**



Déjeuner



Temps ressourçant



M2 "Gagner en autonomie"  
Assertivité  
**Emmanuel Zecchini**



M3 "Confiance et motivation collective" :  
Fixation d'objectifs  
**Sylvain Cousin**



Déclusion



Jour 1



## Les Objectifs

- Quel lien entre la captation d'informations (VAKOG), le traitement (système réticulaire), l'analyse logique (cortex pré-frontal) et l'intelligence émotionnelle (cerveau limbique siège des émotions) ?
- Quelles sont les 7 clés pour se fixer un objectif à la manière de votre cerveau ?



## Le Contenu

- Talk de Sylvain, sur la base des neurosciences et des sciences cognitives sur la fixation d'objectifs
- Exercice d'interview par deux pour ancrer les apprentissages (en marchant)
- Talk de sylvain sur la différence entre engagement et dépassement



## Je Repars Avec

- Contenu opérationnel, pratique, concret
- Engagement par l'exemple du sport de haut niveau



## **Sylvain Cousin**

Expert en psychologie de la performance

Préparateur mental certifié de sportifs de haut niveau et de dirigeants

# **A propos de l'intervenant ...**

C'est au départ la plongée sous-marine, qui l'a amené à passer au-delà de la technique pour entrer dans le domaine de la psychologie du sport.

La plongée sous-marine à un niveau engagé de prise de risques (profondeurs supérieures à 100 mètres), lui fait prendre conscience de l'importance de la dimension mentale de cette pratique.

Il a donc repris le chemin de la formation vers la psychologie du sport, afin de modéliser et pouvoir enseigner des techniques qu'il avait commencé par expérimenter sur lui-même. Cela semble d'autant plus important aujourd'hui, dans le domaine du mental, d'avoir déjà ressenti ce que l'on enseigne aux autres.

Aujourd'hui, Sylvain accompagne des sportifs de haut niveau comme Théo Bracke, champion de France de cyclisme sur piste. Sa philosophie, "Devenez la meilleure version de vous-même !" témoigne de son enthousiasme à susciter le dépassement de soi.

En parallèle, il met à profit ses connaissances et son expérience de champion de plongée en dehors du sport, à destination des "athlètes de l'entreprise".



# M4 : Libérer son potentiel



Inclusion



M4 "Libérer son potentiel"  
**Nathalie Levy**



M5 "Découvrir mes Talents"  
**Ludovic Pessin**



Déjeuner



Temps ressourçant



M6 Capsule  
"Management  
intergénérationnel"  
**Priscilla Saunier**



M7 "Affirmation de soi" :  
Théorie et Mise en  
pratique  
**Benoît Vasse**



Déclusion

Jour 2



## Les Objectifs

- Identifier ce qui peut me limiter, comprendre mieux les mécanismes conscients et inconscients qui sous-tendent mes comportements et attitudes
- Identifier mes ressources et de nouvelles voies pour changer, développer mon potentiel, relever de nouveaux défis et créer les conditions de ma réussite
- Partager et échanger en groupe à partir de nos vécus pour nous enrichir et devenir plus confiants



## Le Contenu

- Inclusion, introduction et échanges
- De mes forces à mon challenge, vers une voie de développement avec le quadrant d'Ofman
- Se donner de nouvelles permissions en identifiant les meilleures conditions et la confiance pour oser
- Déclusion, partage et apprentissages



## Les +

- Pratique expérientielle: intégrant les différentes dimensions cognitives, émotionnelles et corporelles, métaphoriques
- Interactive : Ateliers basés sur les échanges qui sont privilégiés à la théorie.
- Vivante : La pédagogie ludique et le cadre de sécurité permet à chacun de s'ouvrir rapidement et de se sentir à l'aise pour explorer

# A propos de l'intervenante...



## **Nathalie Levy**

Coach  
Formatrice  
Superviseur  
Mentor

Passionnée par le Potentiel Humain, son travail est axé sur le développement des talents, des compétences relationnelles et de communication, essentielles dans les situations complexes, à fort enjeu. En apportant des clés de compréhension de chacun et du système, en amenant les personnes et les équipes à une meilleure connaissance d'elles-mêmes, son objectif est de les accompagner vers leur meilleure version d'elle-même et vers leur épanouissement personnel, à partir de son expérience professionnelle et de son expertise de coach.

Ayant exercé des responsabilités managériales et opérationnelles au sein de grands groupes pendant 17 ans, elle accompagne depuis 13 ans les dirigeants et managers à la fois à interagir et réfléchir autrement afin de les amener au plus haut de leurs compétences, dans le respect de leur singularité et de leurs besoins spécifiques, et dans le but de s'accomplir.

Ses clients apprécient ses qualités d'écoute, son ouverture et sa curiosité. Ils la remercient pour sa capacité à développer leur confiance, à se poser les bonnes questions et identifier de nouvelles solutions vers leurs évolutions. Elle est dotée d'une grande sensibilité et adaptabilité pour travailler en réseau, ainsi que des qualités relationnelles et d'enthousiasme.

# M5 : découvrir mes talents



Inclusion



M4 "Libérer son potentiel"  
**Nathalie Levy**



M5 "Découvrir mes Talents"  
**Ludovic Pessin**



Déjeuner



Temps ressourçant



M6 Capsule  
"Management  
intergénérationnel"  
**Priscilla Saunier**



M7 "Affirmation de soi" :  
Théorie et Mise en  
pratique  
**Benoît Vasse**



Déclusion

Jour 2



## Les Objectifs

- Découvrir la notion de talents
- Reconnaître notre propre potentiel et celui de nos équipes.
- Comprendre les différences entre ses motivations primaires et secondaires



## Le Contenu

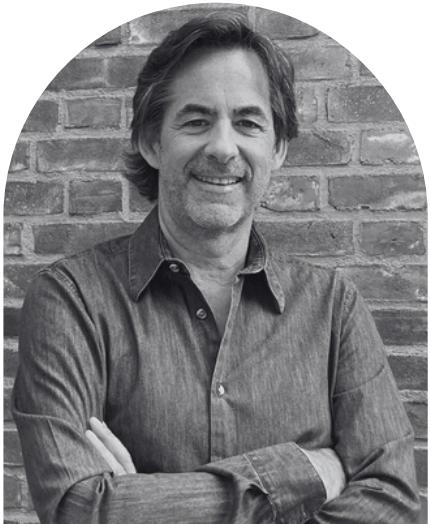
- Pas de côté artistique pour découvrir la notion de talent.
- Alternance des séances d'inspirations et des workshops en sous-groupes ainsi que des temps de réflexion individuelle
- Expérience humaine transformatrice et touchante autour de la notion de talent
- Identification de ses motivations primaires
- Vrai moment de reflexion, d'introspection et d'échanges en sous-groupes



## Les +

- Expérience de lâcher-prise.
- Intégration du "beau" dans son investissement professionnel

# A propos de l'intervenant...



## **Ludovic PESSIN**

Artiste  
Thérapeute  
Coach

Ludovic Pessin est artiste peintre et créateur d'espaces inspirants. Au delà de sa production et de ses expositions, il amène l'art dans l'entreprise sous multiples formes (performances, conférences, ateliers ...) pour accompagner les changements de regard et faire évoluer les pratiques de chacun dans des contextes de transformation.

Il a dirigé la Cité du Management pendant plus de 10 ans, animé des clubs de dirigeants et DRH, (animation de plus de 350 conférences avec des experts pluridisciplinaires) et crée le Labo du Management, un laboratoire collaboratif ultra créatif en innovation managériale mêlant innovation, conte, philosophie, management...

Ludovic est aussi coach professionnel et thérapeute EFT.

- Coach professionnel certifié (Coaching Ways)
- Praticien en approche neuro-cognitive et comportementale (Institute of neurocognitivism - Bruxelles)
- Praticien EFT clinique psychologie énergétique (IFPEC-Paris)
- Master en organisation et conduite du changement (CNAM Iesto – Paris)



Inclusion



M4 "Libérer son potentiel"  
**Nathalie Levy**



M5 "Découvrir mes Talents"  
**Ludovic Pessin**



Déjeuner



Temps ressourçant



M6 Capsule  
"Management  
intergénérationnel"  
**Priscilla Saunier**



M7 "Affirmation de soi" :  
Théorie et Mise en  
pratique  
**Benoît Vasse**



Déclusion



Jour 2

# M6 : Capsule "Management intergénérationnel"



## Les Objectifs

- Découvrir les différentes générations
- Comprendre les priorités et les différents leviers de motivation selon les générations
- Apprendre à intégrer ces différences dans son management
- Pouvoir proposer des solutions adaptées à chaque profil générationnel



## Le Contenu

- Cette capsule offre une véritable compréhension des différences générationnelles au travail. Vous y vivrez des échanges enrichissants dans un espace d'écoute et de partage de bonnes pratiques.



## Je Repars Avec

- Une meilleure compréhension des générations en évitant les préjugés
- Des pratiques pour mieux collaborer entre générations et renforcer la cohésion au sein de votre équipe.

# M7 : “Affirmation de soi & mise en pratique



Inclusion



M4 “Libérer son potentiel”  
**Nathalie Levy**



M5 “Découvrir mes Talents”  
**Ludovic Pessin**



Déjeuner



Temps ressourçant



M6 Capsule  
“Management  
intergénérationnel”  
**Priscilla Saunier**



M7 “Affirmation de soi” :  
Théorie et Mise en  
pratique  
**Benoît Vasse**



Déclusion

Jour 2



## Les Objectifs

- Maîtriser la prise de parole juste et authentique
- Comprendre la trace émotionnelle de ses interventions
- Les clés de l'authenticité dans la prise de parole
- Ajuster sa posture et son alignment
- La puissance du feedback



## Le Contenu

- Les 4 Axes de l'énergie
- Le trépied de la prise de parole stable
- La gestion du Stress : intégration, approche, mécanismes & Conséquences
- Boîte à outils de la prise de parole : le fond et la forme (la structure, le non verbal...)



## Je Repars Avec

- Un feedback concret et impactant de prise de parole.
- Des tips concrets pour mes prochaines prises de paroles.



## **Benoît Vasse**

Journaliste d'entreprise  
Préparateur mental  
Coach professionnel  
Mentor de coachs  
Formateur en media training

# **A propos de l'intervenant...**

Benoît est le gérant de [vassecommunicant.com](http://vassecommunicant.com).  
Il exerce 3 activités complémentaires :

- Celle de journaliste d'entreprise et animateur de conventions
- Celle de formateur/animateur dans le secteur du retail
- Celle de coach professionnel PCC (ICF) et de Mentor coach

Au travers de ses 3 activités, Benoît poursuit le fil rouge de ce qui l'anime professionnellement depuis toujours, à savoir : « Créer des aventures humaines, collectives, ambitieuses et créatives ».

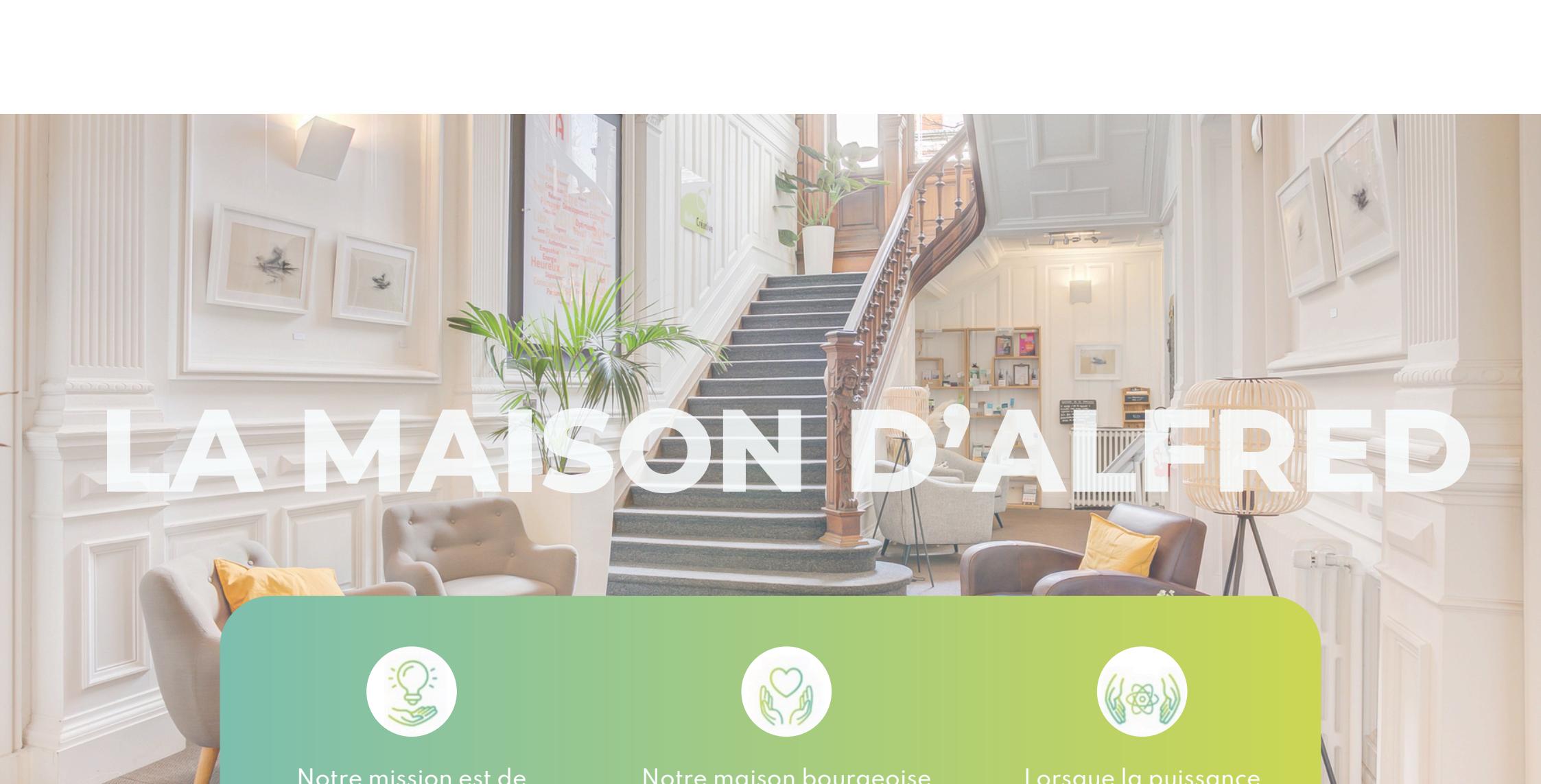
Benoît a été préalablement : directeur de clientèle en agences de communication, animateur/reporter à France 3 Lille, responsable du Sponsoring chez COFIDIS, directeur Marketing chez Altarea/Cogedim, directeur Communication et Artistique au Casino Barrière de Lille.

Benoît est par ailleurs engagé dans l'équipe pédagogique au sein de son école de coaching Coaching Ways, pour laquelle il accompagne les différentes promotions de coachs.

Il est également depuis 6 ans intervenant à Sciences Po Lille auprès des étudiants M2 sur la thématique du Media training.



Le Parcours Manager,  
**En Pratique**



# LA MAISON D'ALFRED



Notre mission est de contribuer, par des déclics et des ancrages, à l'éveil des consciences pour éléver la culture d'entreprise dans la durée.



Notre maison bourgeoise située dans le cœur historique de Roubaix offre un cadre authentique et protecteur propice à l'apprentissage.



Lorsque la puissance du collectif opère, les participants ouvrent un chemin de transformation durable.

# Ils nous font confiance



tikamoon

la recrue



Inspire vos jardins depuis 1950



contact@lamaisondalfred.fr



03 20 81 24 98



[www.lamaisondalfred.fr](http://www.lamaisondalfred.fr)  
<https://youtu.be/dzs9eZuefvk>



La Maison d'Alfred



23 Bd Général Leclerc, 59100  
Roubaix



Contact