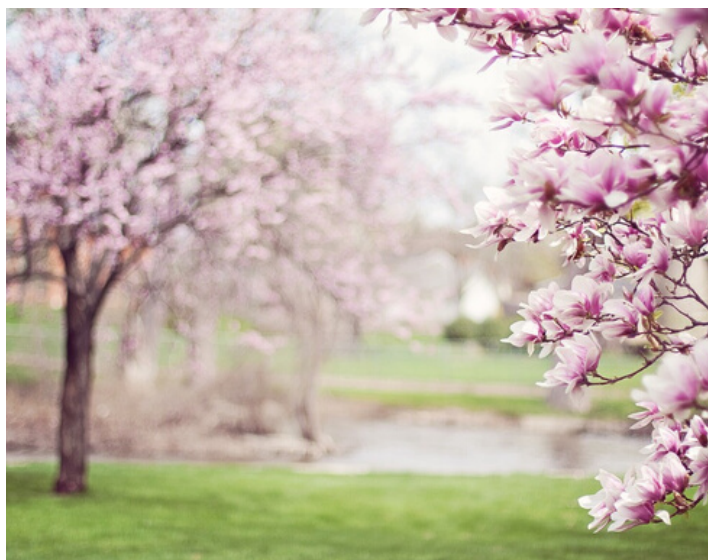


LA GAZETTE DE TEMP'Ô COACHING

LE BULLETIN D'INFORMATION MENSUEL

1ERE EDITION : AVRIL 2023 (CE N'EST PAS UN 🐟)



Bonjour Printemps

Ces derniers mois, nous nous sommes repliés sur nous même, à recharger nos batteries et reconsidérer nos forces intérieures. Nous avons pu profiter de ces longues soirées au coin de notre cheminée intérieure pour faire du rangement dans nos priorités afin d'éviter une (sur)charge mentale. Qui n'a pas médité, sous son plaid, sur ce qui est important pour soi ? Qui n'a pas rêvé à de nouvelles directions à prendre, à de nouveaux projets ? En cette sortie d'hiver chacun émet des envies, énonce des besoins et fait valoir de nouveaux projets. Nous rentrons dans une phase de transition et de changement. Le printemps fait cultiver les graines d'émergence semées durant la saison précédente. Comme pour beaucoup d'entre nous, j'aime la saison qui arrive. Je me sens optimiste, pleine d'envie, de dynamisme et motivée à pérenniser ce qui m'anime au quotidien dans ma mission d'accompagnement de jeunes et d'adultes, autour de la santé mentale, de la confiance en soi et de l'estime de soi.

En ce début de printemps, je tiens à vous présenter ma première newsletter : un outil de communication qui nous permettra de rester en lien et vous partager mensuellement l'activité de Temp'Ô Coaching. Si vous souhaitez vous en désinscrire, merci de me l'indiquer par retour de ce premier envoi courriel (coaching.tempo@gmail.com) ou me contacter au 07 61 03 19 02

Qui suis-je ? Pour les personnes qui me découvrent à travers cette première newsletter, permettez moi de me présenter succinctement.

Je suis Professionnelle de l'écoute active, thérapeute-Coach, certifiée, spécialisée en santé mentale et bien être émotionnel.

J'accompagne individuellement et collectivement les jeunes et les adultes, en quête de sens dans leur activité scolaire, professionnelle et leur vie personnelle, depuis quasiment 30 ans. Je les aide à libérer les maux, les incertitudes et les peurs par les mots. Ma technique libératrice n'est pas thérapeutique : je ne suis pas psychologue. Je n'ai pas vocation à comprendre le pourquoi la personne en est à ce questionnement mais comment l'aider à trouver les clés pour se sentir mieux.

J'interviens autour des notions de burn out, qu'il soit professionnel, familial ou parental.

Je travaille "hors les murs" : je rencontre mon client dans un espace choisi par lui où il se sent disponible et serein pour travailler sur ses émotions, ses ressentis et réfléchir à son processus de changement. J'interviens aussi in vivo si tel est le choix de la personne.

Après une première vie professionnelle en tant que professeure en lycée professionnel puis travailleuse sociale dans deux institutions de Sécurité Sociale, j'ai créé Temp'Ô Coaching depuis 18 mois. Pour me faire connaître et faire valoir ma nouvelle fonction de thérapeute-coach, j'ai pu rencontrer de nombreux professionnels dans les domaines du médical et du paramédical.

J'ai de la gratitude pour l'un des médecins de la maison de santé de Saint Germain sur Moine, à SèvreMoine qui a légitimé ma petite entreprise dès la première heure. Il a cru en moi et je l'en remercie. Merci aussi à la psychologue et le comité de gérance de cette MSP qui m'ont permis de co-animer deux sessions de formation action au sein de leur structure médicale, pour des patients en épuisement professionnel, en arrêt de travail. 12 personnes ont ainsi pu participer aux ateliers pour réapprendre à se faire confiance, restaurer leur image d'elles mêmes et envisager sereinement le retour progressif vers le chemin de l'emploi. Une troisième session est en attente de démarrage, lorsque le groupe sera au complet.

Vous souhaitez suivre les aventures de Temp'Ô Coaching sur les réseaux sociaux ?

📘 Temp'ô coaching - coaching et écoute active | Saint-Macaire-en-Mauges | Facebook

📷 Temp'ô Coaching (@tempocoaching.magalideniaud)

🌐 Magali DENIAUD | LinkedIn

Quels sont les avantages à faire appel à Temp'Ô Coaching, dans le paysage médical et para médical ?

Je requiers d'expériences dans l'accompagnement individuel, dans l'ingénierie de projets, dans l'animation de réseaux professionnels dont un sur la prévention de la crise suicidaire. J'ai suivi des formations qualifiantes et diplômantes en cours d'emploi.

Tout ceci me prévaut une garantie d'accompagnement bienveillant, sans jugement pour le mieux être de la personne. Celle-ci trouve les clés, se sent écoutée et libérée de ses émotions dans un temps convenu entre elle et moi (moyenne de 6 séances de travail)

- Accompagnement vers un plan d'actions à court ou moyen terme
- Reprise de l'activité professionnelle en six séances d'accompagnement collectif
- Diminution des coûts à la collectivité

Que s'est-il passé pour Temp'Ô Coaching en ce mois de mars ?

J'ai été conviée par le CLIC des Mauges pour animer un groupe de parole d'aidants familiaux. Ce temps a permis aux personnes présentes de prendre du temps pour elles, dans un contexte bienveillant et convivial. Elles ont pu échanger sur leur quotidien, exprimer leurs besoins d'écoute, de soutien, de répit pour éviter un burn out émotionnel.



J'accompagne des adultes et des jeunes pour travailler le changement de posture, faire des choix de vie personnels et ou professionnels, permettre une libération de parole dans des conflits de couple parental et ou conjugal.

Dans le cadre de mon offre de service sur la thématique de l'estime de soi et la confiance en soi, un accompagnement individuel est complété par deux soirées co animées par une socio-esthéticienne et une conseillère en image. 6 personnes suivies par Temp'Ô Coaching ont pu profiter de cette complétude professionnelle pour sublimer l'image d'elles mêmes et restaurer leur confiance en elles les 3 et 31 mars. Ces deux temps collectifs se sont déroulés dans l'espace convivial et chaleureux d'un salon de coiffure



Un article de presse, paru le 7 mars 2023 dans le Courrier de l'Ouest, m'a permis de me faire connaître auprès du grand public. Il en a découlé des contacts pour des prises de rendez-vous individuels

SAINT-MACAIRE-EN-MAUGES

« Je libère les maux par les mots »

Magali Deniaud est professionnelle de santé. Elle intervient dans le domaine du coaching mental auprès d'un public en quête de sens.

POUR L'OUEST

« Je libère les maux par les mots », c'est le titre d'un article paru dans le Courrier de l'Ouest le 7 mars 2023. L'article relate l'expérience de Magali Deniaud, professionnelle de santé, qui intervient dans le domaine du coaching mental auprès d'un public en quête de sens.

Quelles sont vos parcours professionnels ?

Magali Deniaud : « J'ai pu être, au fil du temps, professeur en lycée professionnel, assistante sociale, puis psychologue. J'ai travaillé dans le secteur public, puis dans le privé. J'ai également travaillé dans le domaine du coaching mental auprès d'un public en quête de sens.

Qu'est-ce que Temp'Ô Coaching ?

« C'est un accompagnement global, qui vise à aider la personne à retrouver son sens de la vie et à améliorer sa qualité de vie. »



« J'ai pu être, au fil du temps, professeur en lycée professionnel, assistante sociale, puis psychologue. J'ai travaillé dans le secteur public, puis dans le privé. J'ai également travaillé dans le domaine du coaching mental auprès d'un public en quête de sens.

Quelles sont vos parcours professionnels ?

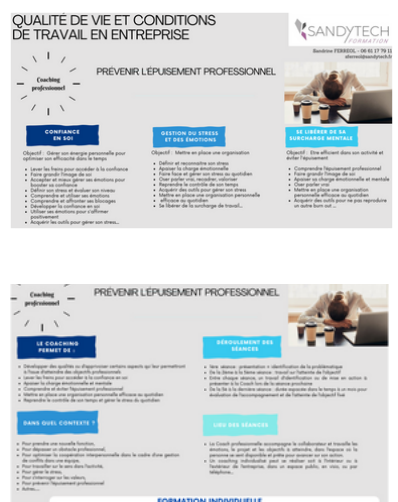
« C'est un accompagnement global, qui vise à aider la personne à retrouver son sens de la vie et à améliorer sa qualité de vie. »

J'ai été sollicitée par un centre de soin infirmier sur SèvreMoine pour préparer et animer une soirée débat sur l'épuisement professionnel à l'automne prochain

J'ai intégré le collectif pour la création d'une Communauté Professionnelle Territoriale de Santé (CPTS) sur SèvreMoine : deux réunions de travail permettent d'organiser et de finaliser l'Assemblée Générale de l'Association qui se déroulera en mai prochain.

Sur Cholet, la Coordinatrice de la CPTS a sollicité mon implication en tant que membre référent, pour animer deux groupes de travail autour de la prise en charge de la santé mentale et coordonner les acteurs du territoire

Temp'Ô Coaching développe une nouvelle offre, en entreprises, pour accompagner des salariés et des managers, dans des coaching d'équipes, de la gestion de projets, la délégation, le stress au travail et les questions relatives à la prévention des maux pour éviter l'épuisement. Je suis répertoriée dans le catalogue de formations de SANDYTECH autour de la Qualité de Vie et des Conditions de Travail



Dans une dynamique d'interconnaissance et de développement de partenariat, j'ai pu récemment faire découvrir mon activité à une équipe de professionnels du médical et du paramédical dans une maison de santé sur Mauges Communauté. D'autres contacts sont prévus et des projets en perspectives (mal être des jeunes en lien avec une psychologue). Si vous aussi, vous souhaitez rencontrer Temp'Ô Coaching, n'hésitez pas à me contacter, j'aurai plaisir à échanger avec vous.

Bien cordialement Magali