

Laurent Baudinot,

Coach de vie et facilitateur de projet



A propos de moi

Bonjour, mon métier consiste à aider les personnes pour trouver des solutions dans leur vie quotidienne et travailler plus agréablement

Mon approche pluridisciplinaire me permet d'avoir une vision globale des situations et de mieux répondre à leurs attentes

Mon parcours

Celui-ci s'émaille d'expériences diverses toujours liées à la dimension humaine

Ma formation de base est industrielle, mais au bout de cinq ans j'ai eu le sentiment d'avoir fait le tour de la question, par rapport à l'enrichissement personnel et professionnel que je trouvais dans le contexte de mes engagements associatifs. J'ai souhaité utiliser autrement ma capacité à contribuer à un projet et à coopérer

J'ai retenu de cette expérience en bureau d'étude le goût de la construction, de l'élaboration de solutions sans oublier les contraintes à prendre en compte pour répondre aux attentes ou à la demande formulée tout en privilégiant le travail d'équipe

Saisissant une opportunité qui m'était proposée j'ai basculé dans le secteur de la formation et de l'animation auprès d'équipes réparties sur le territoire national, développant mon expérience en management et dans l'approche de la diversité des comportements humains,

Rapidement m'est venu l'envie de contribuer plus encore, d'être acteur de quelque chose que je pouvais partager et faire grandir avec les autres.

Je me suis mis à mon compte, utilisant mon goût pour l'action et ma capacité à m'organiser. C'est le début de mes activités de conseil portant sur des missions de gestion des ressources humaines, d'organisation du travail et de développement professionnel.

Petit à petit, j'ai concentré mes interventions sur des sujets plus ciblés pour en arriver au coaching, à la prise en compte du bien être professionnel ou personnel

C'est cet aspect qui m'anime encore aujourd'hui. Mon parcours entrepreneurial et les pratiques professionnelles acquises ces dernières années me permettent de prendre en compte des problématiques de différentes natures, d'accompagner une démarche et de favoriser la reconnaissance de soi et, le bien être des personnes

Formations

- D.U. de Préparateur mental et d'aide à la performance, Université de Clermont Ferrant
- Certification de praticien en Réflexologie plantaire
- Certification de praticien en Art-thérapie
- Certificat de réussite en Accès bars
- DESS de gestion des ressources humaines, Institut de Gestion Sociale

Contact

Laurent. Baudinot
21 rue du Lac,
7810 Rambouillet

Laurent@ecouteCoaching.fr

06 09 40 41 18

Pratiques professionnelles

- Préparation mentale
- Sophronisation
- Réflexologie plantaire
- Méthode Accès Bars
- Art thérapie
- Ateliers d'écriture
- Gestion des transitions de vie
- Stress, Sommeil

Loisirs

- Animateur radio, chronique « Bien être »
- Sports d'endurance et randonnée ...



www.ecouteCoaching.fr

<https://fb.me/Laurent.Vies.Sereines>

