

# Facteurs clés de succès

Dans mon approche, je vous propose :

- 1 Analyse sans compromis posée avec bienveillance
- 2 Démarche s'appuyant essentiellement sur les forces
- 3 Changement de perspective en travaillant sur l'état d'esprit
- 4 Processus intégrant les dimensions intellectuelles, émotionnelles, physiques et spirituelles
- 5 Anchage dans la réalité grâce à des exercices pratiques

« Vous repartez avec des outils concrets pour réussir sur le long terme ! »

*Vous désirez aller plus loin ?*

**Pour être performant  
à long terme tout en  
restant authentique  
et en créant l'unité  
dans vos équipes.**

[fd@deschamps-partners.ch](mailto:fd@deschamps-partners.ch)

**Frédérique Deschamps Meldem**  
Chemin Eugène Couvre 9  
CH - 1800 Vevey  
+41 78 811 79 14  
[ch.linkedin.com/in/fmdeschamps/](http://ch.linkedin.com/in/fmdeschamps/)

**DE SCHAMPS & PARTNERS**  
Helping you find clarity, discover purpose and courage to act



## Frédérique Deschamps Meldem

*"Helping you find clarity, discover  
purpose and courage to act."*

Avant de devenir Coach, Frédérique a exercé pendant 13 ans dans des positions managériales et dirigeantes pour des sociétés internationales en Suisse et à l'étranger.

Elle a géré des équipes multiculturelles dans plus de 50 pays. Frédérique est de formation ingénierie en génie biologique et a pratiqué la natation en compétition durant 7 ans.

Depuis 2003, elle est coach professionnelle certifiée, titulaire d'un Master en Coaching & Leadership et a accompagné plus de 900 personnes. Outre ses interventions en entreprise, elle est chargée de cours à HEC Lausanne.

Dans ses interventions elle intègre ses expériences du monde du sport, du business, de la psychologie et du coaching.

## ATELIERS & CONFERENCES

« prendre du recul et stimuler »

- Osons le bonheur au travail !
- Timeout au lieu d'un Burnout
- Traite les autres comme ~~tu~~ - ILS aimeraient être traités
- Manage your Energy, not your Stress

## COACHING INDIVIDUEL & D'EQUIPES

« développer - motiver »

- Accompagner les changements
- Mieux se connaître
- Mieux communiquer
- Aller au-delà de ses limitations et oser être challengé
- Donner du feedback
- Développer la confiance
- Créer un esprit de corps

## FORMATIONS LEADERSHIP & HAUTS POTENTIELS

« évoluer pour mieux diriger »

- Comment être un Leader, un Manager et un Coach pour inspirer ses équipes
- Communiquer avec impact et authenticité
- Gérer mes émotions et celles des autres
- Renforcer la motivation de mes collaborateurs et apprendre à utiliser mon intelligence émotionnelle
- Accéder à l'intelligence collective grâce au co-développement

*« Be yourself, everyone else  
is already taken »*  
*« Soyez vous-même, les autres  
sont déjà pris »*

Oscar Wilde