



👉 **Votre formatrice :**

Véronique Bonnet  
Consultante en richesses humaines

Titulaire du certificat universitaire  
à la méthode **métaNATURE**  
à l'échelle humaine

Université de Cergy-Pontoise 

25 ans d'expériences en accompagnement.  
Depuis 2008, coach, formatrice et consultante en développement des richesses humaines.

J'ai créé le centre de formation « Luminti » à partir d'un constat et d'une conviction.

• **Le constat :**

Nombreux obstacles de notre vie professionnelle sont d'ordre relationnel.  
Comment rendre nos relations professionnelles plus efficaces ?

• **Ma conviction :**

La coopération entre les Hommes est **LE** facteur de performance.  
Je propose à « mes champions » des formations innovantes dans la nature.



Centre de formation *innovant* en management

NATURE ATTITUDE



**VOUS ÊTES UNIQUES, NOS FORMATIONS AUSSI !**

**OSEZ !**  **06 68 81 11 27**

[contact@luminti.fr](mailto:contact@luminti.fr)

Déclaration d'activité enregistrée sous le N° 93 06 06638 06 auprès du préfet de la région PACA.



- ✓ Des programmes uniques sur le 06
- ✓ Des outils efficaces et ingénieux

[ [www.luminti.fr](http://www.luminti.fr) ]

136, Av. Cyrille Besset - Les Primevères - Entrée C - 06100 - Nice - Tél. 04 93 86 81 49

[ [www.luminti.fr](http://www.luminti.fr) ]



## NATURE ATTITUDE développe votre RICHESSE HUMAINE

➤ *Utiliser le langage métaphorique et sensoriel qu'offre la nature*

➤ *Travailler "hors les murs" a comme avantages :*

- le recadrage
- prendre du recul
- gérer l'imprévu

La nature agit puissamment sur notre état : les études de l'université de Washington et les recherches du Professeur français Alain Calender ont démontré qu'après quelques minutes dans un espace vert, la tension artérielle, l'activité cardiaque et la crispation musculaire diminuent.

L'activité du système nerveux sympathique et l'activité électrique du cerveau ralentissent, et induisent la baisse de l'agitation et de l'anxiété.

Tous ces phénomènes, nous amènent à un bien-être qui nous rend plus réceptif.

Les échanges, la communication, la coopération, la capacité à penser clairement sont facilités.

Utiliser la nature comme vecteur d'expression en s'exprimant par métaphore stimule l'imaginaire, libère la parole et permet de mettre à distance le vécu émotionnel.

À la différence d'un bureau, la nature est toujours en mouvement, ce qui génère l'envie de bouger et de progresser.

En intégrant ces éléments nous vous proposons des modules de formations dans un espace naturel.

## LES MODULES

GESTION DU STRESS  
*Le stress gagnant !*

COHÉSION D'ÉQUIPE  
*L'essentiel*

GESTION DU TEMPS  
*Comment le récupérer*

SUR MESURE  
*À choisir*

GESTION DES CONFLITS  
*En sortir*

ACCOMPAGNEMENT  
DES DÉCIDEURS  
*Décisifs*

MANAGEMENT  
*La coopération*

Pour plus d'informations,  
nous contacter au :  
06 68 81 11 27

“ CULTIVONS  
nos richesses  
NATURELLES  
ensemble ”



Centre de formation *innovant* en management



- ✓ Des formations sur mesure
- ✓ Des programmes uniques sur le 06
- ✓ Un suivi personnalisé
- ✓ *Des outils efficaces et ingénieux*