

# Sabrina Grossi

Mentor Coach | Formatrice | Conférencière

Bien-être & Santé Mentale - Développement Personnel

Accompagner Individus et Organisations

autour de 3 valeurs : conscience - liberté - résilience

pour impacter Transformation, Performance et Bien-être au travail



# À PROPOS *de Sabrina*

Ex-HR Manager (*pendant 7 ans*), je suis aujourd'hui **Consultante, Mentor Coach et Intervenante sur la sphère du bien-être mental et du développement personnel en entreprise, afin d'impacter durablement les transformations, la performance et le bien-être.**

Je suis présente aussi bien, auprès de particuliers que d'entreprises et écoles pour **impulser les prises de conscience à tous les niveaux** et dans chaque étape de vie des êtres humains.



J'ai fondé **COSCIENZA**, mon entreprise, en 2024, à l'aube de mes 30 ans, en décidant de suivre mon coeur, pour continuer d'accompagner (*c'est clairement ce qui me fait vibrer*) avec une **démarche centrée organisation et individus.**

Mon expérience m'a permis d'**accompagner environ 800 personnes...** et donc 800 personnalités différentes, toutes plus challengeantes les unes que les autres, dans des environnements exigeants.

Et quel bonheur ! ... Oui parce que **l'Humain**, c'est vraiment mon truc. Je suis passionnée par la diversité, parfois complexité, mais surtout beauté de notre Être intérieur.

## Êtes-vous prêt-es à

| vous différencier dans l'accompagnement de votre ressource humaine ?

| vous positionner comme pionnier-es d'une méthode disruptive et réellement impactante ?

| mobiliser un accompagnement personnalisé pour garantir des résultats durables et adaptés ?

| adopter une vision humaine de la performance de votre organisation ?

## POUR QUOI *les chiffres*

03

42 %

salariés en détresse  
psychologique

7%

salariés qui souffrent de troubles  
ou sévères

+ 25 %

risque que leur détresse ait  
un impact négatif sur le travail

8/10

1,9 à 3 Mds d'€

coût social du stress au  
travail en France

La bonne nouvelle : 1 € investi = 4 € économisés

## POUR QUOI *le cadre*

### Obligation de moyen renforcée de l'employeur

- obligation générale de **sécurité**
- obligation générale de **formation** à la sécurité
- obligation de **prévention** et évaluation des risques

### Responsabilité de l'employeur

- responsabilité **civile** : pour manquement  
salarié ayant subi un préjudice
- responsabilité **pénale** : si infraction au  
qu'en cas de harcèlement moral et/ou

### Obligation des salariés

- **acteur-trice** de sa propre santé et  
et de celles des personnes concernées

04

## POUR QUOI *les défis humains*

05



# LES ACCOMPAGNEMENTS



**Vous accompagner  
clés en main**



**Vous donner les moyens d'accompagner  
en toute autonomie**

LES ACCOMPAGNEMENTS

Vous accompagner c'est en main

Une approche disruptive allant mentoring & coaching sur la base d'outils puissants, la conscience profonde de chaque individu et développeurs de leur personnalité - pour faire le lien impact durablement le développement de chacun et au service du bien être et de la performance collective.

**APPORTS HUMAINS & STRATÉGIQUES**

- Évaluation de la posture (individuelle et collective)
- Intelligence dimensionnelle et managériale
- Impact sur le niveau de conscience
- Mise en action - prises de conscience
- Impact sur le bien-être mental
- Impact sur la capacité de transformation
- Impact sur le niveau d'engagement

FORMULE INDIVIDUELLE : Accompagnement personnalisé par coaching

FORMULE COLLECTIVE : Ateliers de développement

FORMULE MIXTE : Ateliers de développement et coaching

LES ACCOMPAGNEMENTS

Vous donner les moyens d'accompagner en toute autonomie

Une formation pour Managers, HR & Coaches au développement personnel et collectif.

**APPORTS HUMAINS & STRATÉGIQUES**

- Performance/Puissance individuelle et collective
- Cohésion et intelligence collective
- Leadership et posture
- Prise de conscience (personnelles et collectives)
- Bien-être, motivation et engagement
- Sécurité et marque employeur

FORMULE INDIVIDUELLE : Accompagnement personnalisé par coaching

FORMULE COLLECTIVE : Ateliers de développement

FORMULE MIXTE : Ateliers de développement et coaching

LES ACCOMPAGNEMENTS

Vous accompagner c'est en main

Des interventions et prises de parole pour inspirer la conscience collective et individuelle, et inspirer l'engagement des équipes avec un accompagnement unique et mémorable.

**FORMULE SUR MESURE** : Conférences, ateliers, ateliers... Construction du format et du contenu selon le besoin et le cible du client d'1h30 à plusieurs jours.

Exemples de sujets :

- "La place de développement personnel dans l'entreprise - Bien-être, transformation, performance"
- "L'impact de la conscience de soi sur la performance individuelle"
- "Le bonheur chez soi et en entreprise"
- "L'indépendance émotionnelle dans le cadre de l'entreprise"
- "Niveau d'engagement et développement personnel"
- "L'impact de la conscience de soi sur le bien-être"
- "Ouverture de conscience et intelligence collective"

**APPORTS HUMAINS & STRATÉGIQUES**

- Cohésion et intelligence collective
- Ouverture d'esprit (individuelle et collective)
- Leadership et posture
- Prise de conscience (personnelles et collectives)
- Motivation et engagement
- Sécurité et marque employeur

LES ACCOMPAGNEMENTS

Vous accompagner c'est en main

Une formation pour Managers, HR & Coaches au développement personnel et collectif.

**APPORTS HUMAINS & STRATÉGIQUES**

- Développement des compétences sur un ou plusieurs sujets et de l'employabilité
- Émergence du leadership et d'environnements dynamiques
- Impact sur la capacité de transformation et résilience
- Développement de la cohésion et de l'intelligence collective
- Intelligence dimensionnelle et managériale : relation des émotions, des images et du mental
- Prise de conscience - capacité à intégrer différents points de vue
- Mise en action - prises de conscience et apprentissages
- Impact sur le niveau de connaissance de soi - zones de forces, besoins fondamentaux, fonctionnement propre
- Impact sur le bien-être mental et donc sur les RH et le facteur motivation
- Impact sur les performances individuelles et donc la performance collective

FORMULE INDIVIDUELLE : Accompagnement personnalisé par coaching

FORMULE COLLECTIVE : Ateliers de développement

FORMULE MIXTE : Ateliers de développement et coaching

Vous accompagner c'est en main

Une formation pour Managers, HR & Coaches au développement personnel et collectif.

**APPORTS HUMAINS & STRATÉGIQUES**

- Efficacité des recrutements - adéquation aux besoins opérationnels et humains
- Efficacité du processus d'onboarding dans la phase d'intégration au sein du collectif - compréhension de soi et des autres
- Mutualisation des processus RH et des rapports interpersonnels
- Impact sur le niveau de connaissance de soi - zones de forces, besoins fondamentaux et fonctionnement propre
- Impact sur le niveau d'engagement et de performances individuelles et donc collectives

FORMULE INDIVIDUELLE : Accompagnement personnalisé par coaching

FORMULE COLLECTIVE : Ateliers de développement

FORMULE MIXTE : Ateliers de développement et coaching



# Sabrina Grossi

**MENTOR | COACH | FORMATRICE | CONFÉRENCIÈRE**

+ 33 6 99 93 26 59



[www.linkedin.com/in/sabrina-grossibonneau](https://www.linkedin.com/in/sabrina-grossibonneau)

[sabrina.grossi94@gmail.com](mailto:sabrina.grossi94@gmail.com)



<https://sabrina-coscienza.com>