

# PROGRAMME LEADERS AMBITIEUSES

---



**JENNY CHAMMAS**

**Vous êtes une femme  
ambitieuse ?**

Vous souhaitez franchir  
une étape décisive  
dans votre carrière  
et trouver votre équilibre ?

# LETTRE D'INTENTION

**Nous sommes là pour vous.  
Pour vous aider,  
vous enseigner  
de nouvelles  
compétences,  
vous coacher,  
vous challenger et  
pour croire en vous  
quand vous n'y croyez pas.**

**C'est une formule  
extrêmement puissante  
pour développer  
vos talents et  
votre épanouissement.**

**NOUS VOULONS  
CELA POUR VOUS.**

Bonjour et bienvenue.

Je suis ravie que vous soyez là et que vous lisiez ces quelques lignes. Ce cahier descriptif du programme répond au mieux à toutes les questions que vous pouvez vous poser.

Car des questions, je sais que vous en avez. Je sais ce que c'est de faire le premier pas quand on envisage un coaching, Je sais que vous en attendez beaucoup, Je sais que vous voulez des changements, Je sais que vous n'êtes pas là par hasard.

Et je veux vous féliciter d'être arrivée jusqu'ici car pour cela, vous avez cru en vous, cru au changement et cru en moi, en mon équipe et en ce programme.

Ce premier pas est important. C'est un pas de plus sur le chemin de vos objectifs.

Maintenant, vous vous demandez :  
Est-ce que je me lance ?  
Est-ce que c'est vraiment ce qu'il me faut ?  
Est-ce que Jenny et son équipe sont les bonnes personnes ?  
Est-ce que c'est aussi bien que ça en a l'air ?  
Est-ce que je vais être capable d'y arriver ?

Alors, prenez le temps de lire.

Nous répondons à toutes vos questions ici avec toute la bienveillance qui caractérise le programme.

Vous le découvrirez en intégrant le groupe, vous ferez partie d'un cercle de femmes qui se serrent les coudes et se soutiennent contre vents et marées pour donner à chacune la force d'aller au bout de ses rêves.

Bonne lecture,  
*Jenny Chammas*



## LE CŒUR DU PROGRAMME

### ÊTES-VOUS PRÊTE À DEVENIR LA MEILLEURE VERSION DE VOUS-MÊME ?

Si vous êtes là aujourd'hui, c'est parce que vous occupez des fonctions exécutives, dirigez une équipe ou un périmètre d'activité. Vous êtes entrepreneure ou exercez en profession libérale et vous sentez que vous n'exploitez pas votre plein potentiel. Vous voulez porter vos idées, vous voulez un leadership et un impact qui collent à vos aspirations. Vous souhaitez vous épanouir davantage.

**Je suis convaincue que vous pouvez atteindre cet objectif. Vous avez simplement besoin des bons outils.**

Ce que vous apporte ce programme, ce sont des compétences

qui ne sont pas enseignées à l'école et qui sont pourtant fondamentales pour accéder à des postes de direction et s'y épanouir :

- 1 - agir sans permission
- 2 - créer d'excellents résultats sans vous épuiser
- 3 - savoir vous vendre

Pour atteindre votre objectif, vous avez besoin de hacker votre cerveau, gérer vos émotions et vous mettre en action.

En rejoignant le programme Leaders Ambitieuses, vous allez comprendre et expérimenter que tout est possible. Tout ce que vous souhaitez accomplir dans votre carrière, cette prochaine étape dont vous rêvez, cette posture de leader que vous voudriez améliorer, ces difficultés que vous aimeriez résoudre.

Nous vous accompagnons pour vous aider à envoyer valser vos barrières internes, à gagner en confiance, en bien-être et à incarner un leadership authentique et efficace pour avoir de l'impact.

*Tout est possible*



**J'ai beaucoup appris pendant ces derniers mois,** et me sens plus forte pour aborder les prochains mois. J'ai désormais tout en main pour avancer et faire des choix, grâce à tous ces outils fantastiques transmis par Jenny. J'ai confiance. Je ne me dévalorise plus quand je rencontre des gens ou suis face à de potentiels projets. ”

*Mathilde*

Chief Marketing Officer

# CE QUE VOUS POUVEZ CRÉER

**Vous** apprenez à reprogrammer votre cerveau.

**Vous** gagnez en indépendance émotionnelle.

**Vous** développez votre leadership.



**Aujourd'hui, j'ai compris beaucoup de choses sur moi-même.** J'ai acquis un niveau de conscience sur mes pensées et mes émotions. Mon état d'esprit est devenu positif, confiant et j'ai beaucoup de projets excitants. J'ai appris à me leader moi-même et à leader ma petite équipe. Mon état d'esprit est changé, mon état émotionnel aussi. J'ai défini mes objectifs, mes priorités, appris à planifier, à être bienveillante avec moi-même, à accepter les événements extérieurs et à être active sur ce que je peux maîtriser. ”

*Barbara, après la fin du programme*

## CE QUE VOUS PERMET LE PROGRAMME...

- ✓ **Trouver la bonne posture** pour mieux leader
- ✓ **Vous affirmer** dans vos fonctions et vous faire entendre
- ✓ **Être efficace et croire en vos décisions** en tant que leader
- ✓ Apaiser **le stress** et **le débordement**
- ✓ Oser **mener des projets ambitieux** et les assumer
- ✓ **Mieux vous vendre** et vendre vos projets
- ✓ **Donner encore plus de sens** à la carrière que vous menez
- ✓ Créer de l'espace dans votre vie pour avoir **du temps pour vous**
- ✓ Avoir les moyens d'**atteindre vos objectifs professionnels et personnels**

# LES RÉSULTATS DES PARTICIPANTES

## CE QUE LES PARTICIPANTES ONT CRÉÉ COMME RÉSULTATS.

### Les entrepreneures et professions libérales :

- ✔ Marion a **doublé son CA** en 6 mois
- ✔ Aurélie a **investi** pour la première fois 1 million d'euros
- ✔ Barbara a **licencié et recruté une nouvelle équipe** à l'image de ses valeurs
- ✔ Emmanuelle a enfin **décidé de se séparer de son associée** pour poursuivre sa vision
- ✔ Valérie a **gagné en confiance** sur la gestion de ses équipes

Elles sont plus alignées avec leur mission et la leader qu'elles voulaient être avant le coaching.

### Les dirigeantes et managers :

- ✔ Claire a été **promue** General Manager dans la filiale qu'elle souhaitait obtenir et a su vendre son projet de restructuration.
- ✔ Aïssata a créé des **résultats rapides** suite à sa première prise de poste dans le management. Elle a négocié et obtenu un budget pour étoffer son équipe, obtenu une promotion au bout de quelques mois dans son poste. Elle a également été repérée comme talent au sein de son entreprise.
- ✔ Mélanie se sent **plus légère et confiante** dans le management de ses équipes et le pilotage du CA de sa zone.
- ✔ Florence **maîtrise beaucoup mieux son planning** et se sent prête pour ses concours et **sa prise de parole en public**.
- ✔ Mariama a **intégré le Comité de Direction** de son entreprise 1 an plus tôt que ce qui était prévu et elle discute déjà de la suite pour elle.

C'est sans souligner tous les sujets personnels sur lesquels mes clientes travaillent et s'affranchissent :

la traversée d'une PMA, des difficultés de couple ou amicales, les relations avec leurs enfants ou leurs parents, etc.

Parce qu'au fond comment dissocier la professionnelle de la femme ?

Dans ce programme nous vous accueillons comme vous êtes, à 100% vous.

# LA LOGISTIQUE DU PROGRAMME

---

## LE PROGRAMME DURE 6 MOIS

C'est le temps qu'il faut  
pour créer ensemble  
une relation de confiance  
et opérer de véritables  
changements.  
Il est construit en 2 pôles  
complémentaires.



# 1 - LA FORMATION

Pour hacker votre cerveau, gérer vos émotions et vous mettre en action, vous avez besoin de développer de nouvelles compétences.

**C'est pourquoi nous mettons à votre disposition une boîte à outils indispensable pour avancer vers vos objectifs. Des outils de coaching issus des sciences cognitives et de ma formation de Master coach, ainsi que des outils de leadership tirés de notre expérience du leadership et de l'accompagnement de dirigeantes.**

Grâce à cette formation, vous faites le point sur votre carrière et votre leadership. Vous développez des compétences auxquelles peu de personnes ont accès, qui vous ouvrent

des possibilités et des perspectives sans commune mesure au sein des organes de direction des entreprises.

*Temoignage*

## ● COMMENT ÇA MARCHE ?

Au cours des 6 mois, vous explorez 7 thèmes. Additionnellement, vous bénéficiez de nombreux contenus complémentaires, nouveaux cours, interventions extérieures, masterclass pour compléter vos apprentissages. À titre d'exemple, lors de la crise du COVID et du confinement, un mois de cours supplémentaire a été créé exclusivement sur la gestion de crise.

- Vous avez accès à une plateforme digitale sur laquelle sont regroupés les 7 modules, soit une trentaine de cours (jusqu'à 5 par module).



**L'approche de Jenny est vraiment très structurée, on aborde 1 sujet tous les mois.**

J'ai vraiment l'impression de progresser. Mon problème quand j'écoutais juste les podcasts, c'est que je comprenais les concepts et je trouvais ça génial, mais je ne passais pas vraiment à l'action. Avec la méthodologie et les exercices, on apprend des choses et on passe très vite à l'action. Et quand je passe à l'action, je vois que c'est là qu'il y a des résultats. ”

*Claire*

General Manager

# LES THÈMES ABORDÉS

---

**Au début du programme Leaders Ambitieuses**, nous vous donnons les outils pour définir le résultat que vous souhaitez créer avec le coaching. Puis, nous vous formons sur les thématiques suivantes :

## LES FONDAMENTAUX DU COACHING

**Vous apprenez à mieux vous connaître, mieux comprendre vos réactions et celles des autres.** Ces outils fondamentaux vous permettent de vous replacer aux manettes des résultats que vous créez dans vos fonctions et de lever vos croyances limitantes pour atteindre vos objectifs. Ils vous permettent concrètement d'analyser les différentes situations que vous abordez : **réunions importantes, feedback, négociation, relations interpersonnelles, prise de décision, etc.** pour en prendre les rênes.

**Les outils de neurosciences** que nous vous enseignons changent radicalement votre vision du monde et ont la capacité à vous faire voir le verre à moitié plein plutôt qu'à moitié vide. Ensemble, nous créons de nouveaux chemins neuronaux dans votre cerveau pour vous aider à vous sentir plus maîtresse de vos émotions et de vos actions et de votre façon d'exercer vos fonctions. Vous vous sentez plus sereine, plus confiante et résiliente. C'est ce qui fait que nos clientes, au bout de quelques semaines, font face à leurs challenges et à l'imprévu de façon beaucoup plus zen qu'avant le coaching.



C'est vraiment fascinant de voir la puissance des flots de pensées. Avant, je pouvais passer du temps à ruminer sans savoir pourquoi je me sentais maussade. Aujourd'hui, après mon flot de pensées, je me sens beaucoup mieux, actrice de ce que j'ai vécu. ”

*Garance, Pharmacienne & Gérante d'officine*

# LES THÈMES ABORDÉS

## VOTRE RELATION À VOUS-MÊME

Vous êtes guidée pour **développer votre estime de vous-même et votre confiance en vous en tant que leader**. Vous apprenez à **vous affranchir du regard des autres et à générer plus de joie et de gratitude dans votre carrière et dans votre vie**.

**Oser** être pleinement soi dans une société où vous avez intériorisé qu'il faudrait être une femme parfaite est un parcours du combattant. Nous vous donnons des clés pour relever ce challenge avec brio et vous sentir plus que jamais à votre place, alignée dans vos choix.

Vous apprenez à agir sans permission pour leader vraiment.

**Les participantes osent enfin dire non à ce qui ne leur plaît pas pour dire oui à leurs aspirations profondes.**

Cela change bien entendu la relation qu'elles ont avec elles-mêmes, mais aussi l'authenticité de leur relation avec les gens qui les entourent dans la sphère publique et dans la sphère privée.

Il n'est pas rare de voir les managers de mes clientes, leurs partenaires et leurs enfants se réjouir des effets positifs du coaching.

Car quand vous êtes mieux dans vos baskets, tout le monde en bénéficie, vous la première.

**Je n'avais pas forcément le soutien de mon mari au départ mais je l'ai fait quand même.** Je ne regrette absolument pas ce choix et aujourd'hui mon mari me voit changer, il est ravi et il m'a même dit qu'il était très fier de moi. Les choses évoluent en positif pour tout le monde, et même pour mon mari. ”

*Melanie, Directrice Régionale*

# LES THÈMES ABORDÉS

## VOTRE CARRIÈRE

Vous explorez votre **vos mission, votre zone de génie et le chemin le plus efficace et le plus puissant pour atteindre vos objectifs**. Vous visualisez votre prochaine étape en alignement avec vous-même. Vous apprenez à gérer votre stress et vos peurs sur le chemin de cet objectif.

C'est un mois pendant lequel, portée par votre mission, vous gagnez en clarté sur le sens que vous souhaitez donner à votre leadership et votre impact au sein de l'entreprise, et plus généralement sur le monde. C'est magique de voir qu'à ce moment-là, ce qui semblait être pour les participantes des choix par défaut **deviennent des affirmations et une intention**.

**Vous reprenez les manettes des fonctions exécutives que vous occupez.**

Vous travaillez en profondeur votre zone de confort et ce qu'il vous reste à développer. Vous apprenez à avancer avec méthode sur vos projets.

**Vous vous appuyez sur vos forces et vos talents.** La force du groupe dans ces moments-là est que les autres participantes voient souvent en vous ce dont vous n'aviez pas conscience ou que vous aviez des difficultés à formuler.

C'est puissant, **énergisant et constructif**.

Quelques résultats que j'ai créés sur un projet :

**1/ Oser** - lors d'une conversation avec un des membres du comex, j'ai réussi à faire avancer la date de la décision

**2/ Me rappeler que je ne peux pas contrôler ce que pensent les autres.** J'ai fait un nombre incalculable de modèles sur ce sujet - avant chaque interaction avec mon responsable d'activité. Et ô miracle, nos relations se sont incroyablement pacifiées et nous avons préparé cette réunion ensemble.

**3/ La puissance de l'action massive.** J'ai listé ce qui devait être préparé en mai et me suis tenue à mon planning tout l'été. La préparation a été super "smooth" et je me suis sentie incroyablement efficace. Ayant toujours un temps d'avance, je pense que cela a aussi donné confiance à mon management... et renforcé l'impact de mon message.

**4/ À chaque fois que je doutais - et redoutais de présenter une position qui ne ferait pas l'unanimité, je me suis demandée "quelle leader veux-tu être?" ९९**

*C., dans le programme depuis 3 mois*

# LES THÈMES ABORDÉS

## VOTRE LEADERSHIP

Vous vous formez aux compétences nécessaires **pour exceller en tant que leader** et être la manager ou la dirigeante que vous souhaitez, en toute indépendance émotionnelle. Nous travaillons votre posture, votre légitimité, l'usage du feedback, de la délégation et la gestion des ressources humaines.

**Inspirer les autres,**  
**C'est avant tout être vous-même,**  
**Montrer ce qui vous anime**  
**et y croire.**

Ensemble, nous désacralisons la notion de leadership pour vous **redonner du pouvoir** et vous permettre d'être à chaque instant

et dans toutes les situations la leader que vous voulez être. Les échanges, les parcours de chacune et le coaching que nous vous apportons vous permettent de vous développer rapidement en faisant face concrètement aux challenges que vous traversez dans votre job. Entretiens, recrutements, démission, promotion, licenciements, réunions, difficultés relationnelles, ralentissement business, développement de chiffre d'affaires, vente...

Vous posez sur la table tous vos sujets de façon concrète pour y **trouver des solutions**. Vous faites **entendre vos idées**, vous faites **avancer vos équipes** et vous prenez **votre place de leader**.



Youpi, je devrais pouvoir embaucher quelques techniciens et j'ai réussi à recaser ailleurs des personnes pas au niveau et plus motivées. Trop contente!!! Je pars en congé l'esprit tranquille.

**#actionsmassives #leadership #vivelecoaching #miraclecoaching**

Merci à Jenny car tous tes conseils m'ont aidée à prendre du recul, leader cette équipe en gardant la tête froide et restant optimiste. Merci aussi à vous les filles pour vos derniers conseils très bénéfiques. ”

*A., dans le programme depuis 5 mois*

# LES THÈMES ABORDÉS

## VOTRE RELATION À L'ARGENT

**L'argent est partout dans votre vie personnelle et professionnelle.** C'est souvent un frein ou un point noir dans votre carrière. Vous n'osez pas demander plus, vous lancer dans une autre voie, investir en vous et en vos idées ou développer un business parce que vous êtes face à des contraintes budgétaires, à la peur de perdre une sécurité ou parce que vous êtes gênée par ce sujet.

Au sein du programme Leaders Ambitieuses nous travaillons sur votre rapport à l'argent et à la valeur pour gagner en aisance, **apprendre à mieux vous vendre, à négocier, à prospecter et à parler d'argent.** Le coaching vous aide à vous affranchir de vos peurs et de votre gêne pour poursuivre vos ambitions.

De nombreuses participantes sont sorties du programmes en ayant financièrement rentabilisé leur investissement : augmentation notable de leurs revenus (salaire ou CA), investissements financiers professionnels ou personnels, et une solide confiance en elles et en leur valeur pour créer l'aisance financière qu'elles voulaient.

**Si vous pensiez que l'argent est facile, qu'oseriez-vous négocier ?**



Avant, je m'empêchais d'investir des sommes importantes, j'étais celle qui doutait, qui retenait. Alors qu'aujourd'hui, nous sommes en train de réorganiser un établissement, on parle d'investir 1 million d'euros, et je n'ai pas peur. **Je suis ravie de savoir que je vais créer de la valeur pour mon entreprise, créer un nouveau type de clientèle et continuer d'être fière de ce que je fais. ”**

*Aurélie, Cheffe d'entreprise*

# LES THÈMES ABORDÉS

## VOTRE ÉQUILIBRE

Vous apprenez à avoir une vie plus équilibrée, du temps pour vous, pour votre famille et à être plus efficace sur votre temps professionnel. Je vous fais prendre le pari de créer plus de valeur tout en travaillant moins.

**C'est possible avec les bons outils, une capacité à l'organisation et à la planification et un état d'esprit bien géré.** C'est un moment charnière pour toutes les leaders perfectionnistes qui nous rejoignent et qui apprennent à lâcher prise sur la perfection, à repérer et dépasser leurs tendances à procrastiner ou à trop travailler.

C'est un moment où le temps n'est plus votre limite mais un atout.

## LES RELATIONS AUX AUTRES

Pour créer un équilibre de vie qui vous plaise, les relations que vous entretenez avec votre entourage – partenaire, enfants, parents, amis – sont essentielles. C'est pourquoi dans ce module, nous vous enseignons comment **créer de meilleures relations avec les gens qui vous entourent**. Vous apprenez à poser des limites, à vous respecter et à respecter les autres.

Un des bénéfices communs à de nombreuses participantes : une meilleure relation avec leurs enfants et la capacité à mieux accueillir les émotions et comportements des personnes qui les entourent.



**J'étais en vacances et j'ai pu dire non grâce au coaching.** Évidemment j'avais envie de participer à ce projet mais ça tombait la semaine que j'avais choisi de consacrer à ma famille. J'ai réussi à dire non et je l'ai bien vécu grâce au coaching. Et ce n'était pas mon cas avant. ”

*S., au bout de 4 mois de programme*

## 2 - LE COACHING

**Le coaching est là pour vous aider à lever une à une vos barrières internes, pour challenger vos croyances limitantes, pour prendre du recul.**

Chaque blocage, challenge, émotion inconfortable est sujet à coaching. Parce que le

coaching est un microcosme de la vie. Votre façon de réagir au coaching est à l'image de vos comportements habituels. Il révèle vos peurs, vos limites, vos forces et vos talents. C'est l'outil indispensable pour vous dépasser, pour enfin créer les résultats que vous avez du mal à créer seule. Tous les sportifs professionnels ont un coach. Les plus grands dirigeants, les présidents aussi. C'est pour une raison simple : vous avancez plus vite, plus loin et avec plus de facilité en étant accompagnée.

### LES APPELS DE COACHING DE GROUPE

Ils sont l'occasion d'aborder vos problématiques précises et d'apprendre de celles des autres participantes. Vous venez avec la problématique que vous souhaitez et nous vous aidons à avancer en vous posant des questions, en vous montrant ce que vous ne voyez pas, en vous challengeant avec bienveillance pour vous aider à la dépasser. Les appels se déroulent en groupe. La coach est à l'écran avec la personne qui se fait coacher, le reste des participantes écoute, absorbe et bénéficie de tous les apprentissages. 4 à 5 personnes se font coacher en une séance d'une heure. Ce sont des moments riches. Bien souvent après les appels, les participantes qui ont écouté témoignent des apprentissages qu'elles ont tirés du coaching des autres pour avancer sur leur propre problématique. Le coaching de l'une fait avancer le coaching de l'autre.

### Témoignage



J'ai été très touchée par vos interventions lors du coaching d'aujourd'hui et salue votre courage d'avoir osé. Merci de vous être montrées dans vos doutes et vos fragilités. J'avais tendance à penser que j'étais la seule à être aussi perdue ou déstabilisée parfois, souvent ... Hâte de vous retrouver et bon courage à toutes. ”

S.,

au début du programme

# LES APPELS DE COACHING

---

## LE GROUPE

En rejoignant le programme, vous intégrez une communauté de femmes leaders et ambitieuses qui participent au programme.

Vous avez accès à 4 appels de coaching de groupe par semaine d'une durée d'1 heure chacun, auxquels vous pouvez assister à votre convenance selon votre agenda personnel. Pour obtenir des résultats, nous vous recommandons de participer à une séance de coaching par semaine au minimum.

## L'AGENDA

Les rendez-vous sont sur des créneaux fixes du lundi au vendredi, à des horaires différents. Vous recevez le planning un mois **à l'avance pour vous organiser**. Chaque mois, il y a une semaine de pause sans appel pour vous laisser le temps de digérer les apprentissages et d'avancer à votre rythme.

## L'ENREGISTREMENT

Tous les appels sont enregistrés pour pouvoir bénéficier du coaching **même quand vous êtes absente**.

## DEPUIS UN FUSEAU HORAIRE DIFFÉRENT

Le planning tient compte des différents fuseaux horaires pour vous proposer des créneaux en phase avec vos horaires.

De plus, de ma propre expérience de coaching de groupe, il est possible de **tirer tout le bénéfice des appels en regardant les enregistrements**. J'ai participé à un coaching de groupe dans un pays lointain et je ne pouvais assister aux appels en direct. Malgré cela, les bénéficiaires ont été excellents. Le programme m'a aidée à quitter mon emploi, changer de métier et développer la compétence de gérer mon état d'esprit en toutes circonstances.

Parce que la vie ne s'arrête pas à un appel de coaching

et qu'il peut se passer beaucoup de choses dans votre journée et votre semaine, vous avez un accès illimité à une messagerie de groupe où nous vous coachons dès que vous en avez besoin, du lundi au vendredi. C'est aussi un espace où nous célébrons vos succès et où le groupe, l'équipe et moi-même vous soutenons dans les moments difficiles.

### CETTE MESSAGERIE VOUS PERMET :

- **D'obtenir des réponses** quand vous avez des questions.
- **De développer des automatismes de pensée.**  
Le principe est simple : plus vous vous faites coacher, plus vous êtes au contact des outils du programme et plus vous les assimilez. Ils deviennent alors des habitudes dans votre vie.
- **De bénéficier de la force du groupe.**  
Quand on se sent soutenue et entendue, cela permet de déplacer des montagnes.
- **De développer votre réseau** et connecter avec la communauté de femmes exceptionnelles qui ont fait le même choix que vous : se faire coacher pour atteindre leur objectif.



## Temoignage



Au sein du groupe, je me sens bien, je me sens écoutée, comprise. On est un groupe dans la bienveillance. On se contacte aussi bien la semaine que le week-end. Ce week-end j'ai posté un message, j'avais juste besoin d'être lue, et j'ai reçu plein de petits retours, qui m'ont énormément fait plaisir et qui m'ont aussi permis de reprendre confiance sur des doutes. ”

Melanie,  
Directrice régionale

## LE GROUPE UN GROUPE DE FEMMES AVEC VOUS

Le programme Leaders Ambitieuses est un coaching de groupe offrant la possibilité d'avancer vers votre objectif au sein d'un groupe de femmes qui vous ressemblent, partagent vos problématiques et qui veulent elles aussi vivre leurs ambitions et avoir de l'impact.

En tant que leader, vous êtes parfois confrontée à une certaine solitude. La force du groupe permet justement d'avancer plus vite et plus loin. C'est inspirant d'être au contact de femmes qui réussissent. C'est rassurant de réaliser qu'**on est loin d'être seule face à certains challenges. C'est stimulant de partager ses obstacles et ses succès au sein d'un groupe bienveillant et encourageant. C'est aussi une excellente opportunité pour élargir son réseau professionnel.**

**LA VULNÉRABILITÉ  
c'est accepter d'exposer  
ses imperfections et  
son authenticité  
pour avancer  
sans se limiter.**

**VOUS AVEZ DES  
PROBLÉMATIQUES SPÉCIFIQUES  
ET DOUTEZ DE LES RÉSOUDRE  
EN GROUPE ?**

Vos problématiques individuelles sont spécifiques à votre histoire, votre parcours, votre personnalité. Et en même temps, elles résonnent avec ce que vivent d'autres femmes. Quand nous vous aidons à avancer sur votre problématique, cela aide les autres. L'inverse est aussi vrai. En voyant certaines participantes se faire coacher, vous allez vous reconnaître et voir beaucoup plus clairement comment avancer.

### Temoignage



Le groupe apporte une belle émulation. Exposer et partager nos vulnérabilités nous permet de les transformer en force. ”

*Barbara,*  
Chirurgien-Dentiste

## LE GROUPE UN GROUPE DE FEMMES AVEC VOUS

### **VOUS AVEZ PEUR DE NE PAS OSER VOUS EXPRIMER FACE AU GROUPE ?**

Vous êtes comme 70% des femmes qui rejoignent ce programme. Le coaching est un microcosme de la vie. Dépasser cette peur au sein d'un groupe sécuritaire et bienveillant est une excellente étape pour prendre l'habitude de le faire. Cela vous permettra ensuite d'être plus à l'aise en public dans votre métier. Accepter de vous sentir vulnérable est la clé pour développer votre potentiel. **Nous sommes là pour vous aider à trouver vos marques au sein du groupe.**

### **VOUS NE VOULEZ PAS PARTAGER CERTAINS ÉLÉMENTS PERSONNELS AU SEIN DU GROUPE ?**

**Il n'y a aucune obligation de parler des sujets que vous ne souhaitez pas partager.**

Cependant, il est important d'envisager le groupe comme une communauté bienveillante au sein de laquelle évoluent des femmes qui vous ressemblent et ont des problématiques similaires. Tout au long du programme, vous choisissez d'aborder les sujets qui vous tiennent à cœur. En même temps et sans effort, vous absorbez des idées sur les sujets et les difficultés que les autres choisissent d'aborder qui pourront vous être utiles également.

### **VOUS AIMERIEZ UNE RELATION PLUS PRIVILÉGIÉE AVEC VOTRE COACH ?**

**Vous le verrez : notre relation sera privilégiée.** Toute l'équipe se sent proche des participantes et vous pourrez vous sentir proche de nous. Ce qui est essentiel et compte plus que tout : l'atteinte de votre objectif. Et ce programme a été conçu avec ce seul but en tête : vous donner les meilleurs moyens d'atteindre vos objectifs. Cette formule a déjà séduit et aidé concrètement de nombreuses leaders.

## *Temoignage*



Jenny au tout début nous avait demandé « Quelle émotion ressentez-vous quand vous postez un message ? » et j'avais répondu « impressionnée » car je mettais à nu mes difficultés. Et aujourd'hui ce qui domine c'est surtout la fierté d'avoir suivi ce coaching justement à vos côtés, C'est tellement riche ces échanges, ces partages ! Par le passé j'ai peu demandé de l'aide et des conseils mais d'autant plus en groupe, c'était LA décision à prendre pour moi. ”

*C.,  
à la fin du programme*

# L'INVESTISSEMENT

---

## CONDITIONS ET REGLEMENT

### TARIFS avec FINANCEMENT

#### FINANCEMENT PAR VOTRE EMPLOYEUR

Le tarif ENTREPRISE est de **10 000 €** H.T.  
(12 000€ T.T.C.)

**Vous souhaitez demander un financement à votre employeur ?**

[Cliquez ici pour voir le KIT entreprise](#)

et l'envoyer à votre entreprise.

# L'INVESTISSEMENT

## CONDITIONS ET REGLEMENT

### TARIFS sans FINANCEMENT

#### VOUS ÊTES PARTICULIER, INDÉPENDANT OU PROFESSION LIBÉRALE ?

**Vous bénéficiez d'un tarif spécial.**

**Le coût est de 6 600 € T.T.C. (5 500€ H.T.)**

à régler comme suit : 30 % à l'inscription soit 1980 € TTC, puis 924 € TTC par mois pendant les 5 mois suivants.



### **GARANTIE SATISFAITE OU REMBOURSEE**

L'argent ne devrait pas être un frein à votre épanouissement et nous sommes **convaincus que cet accompagnement apporte des résultats.**

Nos clientes nous le montrent chaque jour en étant plus épanouies, **aux manettes de leurs pensées, de leurs actions, de leurs vies.**

**C'est pour cela que nous assurons une garantie satisfaite ou remboursée :**

Si, après 6 mois de participation active dans le programme, vous n'avez vu aucune évolution et n'avez pas avancé vers l'objectif que vous vous étiez fixé au début du coaching, nous vous rembourserons intégralement votre programme.

Il suffit de nous envoyer un email.

# L'INVESTISSEMENT

**Investir en vous est le moyen le plus efficace pour avoir la carrière que vous souhaitez**, et pourtant, vous rechignez à le faire parce que cela vous priverait d'autre chose. Oui, c'est vrai. C'est peut-être renoncer à vos économies, vos vacances ou de beaux vêtements. Quand votre cerveau vous pose la question : « qu'est ce que ça me coûte ? », votre coach vous demande : « qu'est-ce que ça vous apporte ? ». C'est cet état d'esprit là qui vous permettra d'atteindre vos objectifs.

Je sais. Vous êtes peut-être effrayée par un tel investissement.

C'est une GRANDE décision. **C'est décider de devenir la meilleure version de vous-même.**

**On ne change pas sa carrière, sa vie et son état d'esprit en cédant à des plaisirs immédiats mais en prenant des risques**, en faisant de soi une priorité et en continuant encore et toujours à apprendre. Des vacances, des beaux vêtements, de beaux meubles n'améliorent pas votre leadership, votre capacité à diriger et votre impact. Ils ne créent pas votre épanouissement, votre capacité à prendre du recul, ni votre confiance en vous.

Le programme Leaders Ambitieuses, si.

Est-ce que vos économies ne sont pas exactement là pour cela ? Pour vivre la carrière que vous avez imaginée et la réaliser ? Pour poursuivre vos rêves ? Pour créer la capacité de reconstruire ce matelas financier et de le faire grossir ? Pour montrer l'exemple à vos enfants de ce que veut dire croire en soi ?

**Que voulez-vous créer comme résultat en embarquant avec nous sur ce bateau ?**

**Qu'est-ce que ça changerait vraiment pour vous ? Quelle valeur donnez-vous à cela ?**



**Est-ce que votre participation au programme vous semble avoir été un bon investissement pour vous ?**

**A.F. :**

Absolument ! Ça m'a fait gagner un temps fou sur mon évolution professionnelle. Ça a donné également une toute autre dimension à mon poste et mon évolution a probablement fait faire des bonds de géant à mon entreprise.

**Anne :**

Complètement! C'est l'une, sinon LA meilleure décision que j'ai prise pour moi.

**Clémentine :**

C'est un super investissement ! C'est un projet qui n'était pas planifié et qui m'a énormément apporté. Je me sens apaisée, plus forte et alignée avec moi-même. ”

# LE TEMPS QUE ÇA PREND

## COMBIEN DE TEMPS PREND LE COACHING CHAQUE SEMAINE ?

**Nous estimons à 2h30 le temps nécessaire.** 1 heure de coaching, 1 heure de mise en pratique avec les exercices et 20 minutes de cours vidéo.

C'est autant de temps (voir plus) que vous gagnerez grâce au coaching :

- Moins de ruminations qui vous ralentissent
- Moins d'indécision et de doute
- Plus d'efficacité et de productivité dans votre travail

## JE SUIS DÉJÀ DÉBORDÉE, EST-CE QUE LE COACHING NE VA PAS ME METTRE DAVANTAGE EN DIFFICULTÉ ?

Quand on est débordée, on a le sentiment qu'ajouter une chose à sa to do liste, c'est risquer l'épuisement. C'est tout à fait faux pour le coaching. **Au contraire, c'est parce que vous vous sentez débordée que le coaching peut vous aider.**

Vous allez y voir plus clair dans vos priorités, vous allez apprendre à faire le tri, à dire non avec plus d'assurance et à vous sentir aux manettes de votre agenda. Vous allez apprendre à ne plus vous sentir débordée.

## Temoignage

### EST-IL JUDICIEUX D'ATTENDRE LE BON MOMENT ? REPRISE D'ACTIVITÉ, PRISE DE POSTE, FIN DE PÉRIODE CHARGÉE ?

Vous êtes arrivée jusqu'à nous car vous avez fait un grand pas en avant : une demande pour en savoir plus. C'est parce que vous en avez ressenti le besoin. Pourquoi remettre le changement et l'amélioration à plus tard si vous pouvez le faire aujourd'hui ?

Quand votre cerveau vous dit qu'il y a un bon moment, c'est simplement parce que vous entrez dans une zone d'inconfort : le coaching. Il essaie de vous garder dans votre zone de confort. N'écoutez pas les excuses de votre cerveau, écoutez la petite voix qui vous a menée jusqu'ici.

**Si vous hésitez, c'est que vous êtes prête.**



Si vous avez envie, allez-y. N'écoutez pas le petit tyran dans votre tête qui vous dit "olala tu n'as pas le temps" mais suivez votre intuition. Investir sur soi est la meilleure chose que vous pouvez faire, cela ouvre le champ des possibles. Vous n'imaginez pas la vie intentionnelle que vous pouvez vivre. Faut y aller ! ”

*Garance,*  
son conseil pour les  
femmes qui hésitent  
à se lancer dans le  
programme

# EST-CE QUE ÇA MARCHE VRAIMENT ?

VOUS DOUTEZ ENCORE ? ALLEZ DÉCOUVRIR LES TÉMOIGNAGES VIDÉO  
DES PARTICIPANTES SUR LE SITE :

<https://jennychammas.com/temoignages>

Ecoutez d'autres participantes sur le podcast :

<https://jennychammas.com/podcats/episode-96>

## AI-JE LE BON PROFIL POUR REJOINDRE L'AVENTURE ?

Si vous avez des fonctions exécutives, êtes dirigeante d'entreprise (que ce soit la vôtre ou celle de quelqu'un d'autre), exercez en profession libérale, êtes directrice de business unit, manager d'équipe ou si vous n'êtes pas encore manager mais pilotez un périmètre d'activité, votre profil correspond aux leaders qui font partie du groupe.

Si vous avez un doute, n'hésitez pas à nous contacter à l'adresse :  
[contact@jennychammas.com](mailto:contact@jennychammas.com) pour nous poser la question.

## Temoignage



Merci Jenny et le coaching  
car TOUT est possible  
même l'inimaginable  
il y a quelques mois !!  
Ça me donne des ailes ! ”

*E.,  
après 5 mois dans le  
programme*

## C'EST UNE GRANDE DÉCISION, J'AI ENCORE BESOIN D'INFORMATIONS :

Même si votre cerveau vous dit le contraire, **vous avez déjà toutes les informations dont vous avez besoin pour prendre votre décision.**

Comme toutes les décisions que vous prenez dans votre profession, vous ne pouvez jamais savoir à l'avance à 100% quelle est la bonne décision. Vous devez vous faire confiance, écouter votre intuition et aimer les raisons qui vous poussent à décider dans un sens ou dans un autre.

Une fois la décision prise, soyez votre meilleur soutien.

Chaque décision vous permet d'avancer vers la prochaine version de vous-même.

## QUI SUIS-JE ?

---

**À ce jour, nous avons accompagné plus de 350 leaders à accéder à des fonctions de direction, s'épanouir dans leur carrière, développer leur leadership et trouver leur équilibre.**

### **Serez-vous la prochaine ?**



Je m'appelle Jenny Chammas. Je suis **Master Coach certifiée par The Life Coach School**, l'une des meilleures écoles de coaching au monde. Spécialisée dans l'accompagnement des leaders, je suis également habilitée à former des coachs.

Diplômée de Sciences-Po et de l'Institut Français de la mode, j'ai eu une belle carrière de management à l'international dans le secteur de la mode pendant 10 ans. J'ai franchi plusieurs étapes décisives : démission suite à un burn-out, promotions successives et expatriation pour un poste au CoDir. Aujourd'hui et depuis plusieurs années, je dirige mon entreprise et évolue dans **ma zone de génie : l'accompagnement des leaders.**

Je suis aujourd'hui accompagnée par une équipe formidable de coachs et collaborateurs.

Notre mission et notre passion est d'aider les leaders ambitieuses à prendre les manettes de leur monde intérieur pour avoir plus d'impact sur le monde tout court.

Nous sommes convaincus que le bien-être mental, savoir hacker son cerveau et gérer ses émotions permet de soulever des montagnes. Notre objectif est de diffuser ces enseignements **à toutes les leaders qui veulent faire la différence et construire le monde de demain, chacune à leur échelle.**

**C'est notre métier, notre passion.**

# ON Y VA ?

---

Vous avez 2 jours pour vous décider. Parce que contrairement à ce que vous pensez peut-être, prendre une décision ne demande pas de temps. **Cela demande du courage et de la confiance en soi.**

C'est précisément ce que vous apprenez dans le programme. **Les leaders qui vivent la carrière de leurs rêves décident vite**, même quand elles doutent ou qu'elles ont peur. Parce que décider, c'est avancer.

Faites de votre vie et de votre carrière  
une expérience inoubliable.

Pour rejoindre le groupe dès maintenant, contactez l'équipe par email à l'adresse [contact@jennychammas.com](mailto:contact@jennychammas.com). Nous vous enverrons tous les éléments dont vous avez besoin pour démarrer.

Vous n'êtes pas encore sûre de vous ?  
Discutons-en.

## CE QUE LES PARTICIPANTES EN DISENT



Ana

Directrice performances,  
R&D et Achats

“ J’aborde ma carrière  
d’une façon  
plus déterminée.

**J’apprends tous les jours qu’il n’y a que des choix,** que je peux prendre de la hauteur pour ne pas rester dans l’émotionnel mais dans le factuel. Qu’il faut s’aimer avant tout. Le coaching m’a donné les outils pour avoir plus de confiance en moi et ainsi emmener mon équipe avec moi, mettre les décisions en action et aller vers l’indépendance émotionnelle. Merci encore pour tous ces mois d’accompagnement. J’ai beaucoup apprécié. J’ai beaucoup appris. Merci pour ta douceur et ta façon de nous guider, toujours en nous posant les bonnes questions. ”

“ J’ai systématiquement  
envie de sortir de ma  
zone confort.

**Je veux pouvoir me challenger sur tout.** J’ai pris pleinement conscience que j’étais une leader. J’ai pris conscience du pouvoir que j’avais entre les mains, que je pouvais entreprendre ce que je voulais à partir du moment où j’y mettais tout mon cœur et mon énergie. ”



Aurelie

Cheffe d’entreprise

## CE QUE LES PARTICIPANTES EN DISENT



**Je me connais mieux,  
je m'assume et  
je sais comment faire pour  
remettre mon cerveau  
dans le droit chemin  
quand il s'égare !**



*Marion*

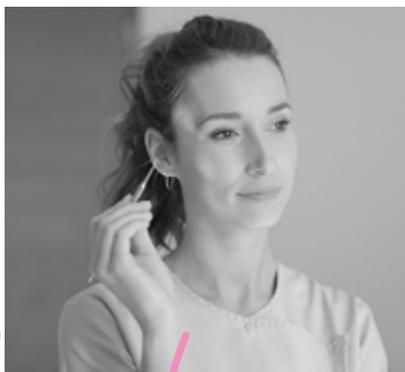
*Cheffe d'entreprise  
dans le webmarketing*

**Grâce au coaching, j'ai doublé mon CA en 6 mois**  
et je sais où je vais professionnellement.

J'ai découvert mes ambitions et je les assume  
maintenant. Je me sens plus sereine, mieux armée  
pour affronter les challenges.

Je me sens beaucoup plus leader, professionnellement ET  
personnellement.

Je me sens aux manettes de ma vie et cela m'apporte  
de la sérénité. ”



**Aujourd'hui,  
j'ai compris  
beaucoup de choses  
sur moi même.**

*Barbbara*

*Chirurgien dentiste*

Avant le programme, je me sentais frustrée, avec beaucoup  
d'interrogations, de difficultés à gérer mes émotions,  
une impression de subir et d'être victime de la situation.

**J'ai acquis un haut niveau de conscience sur mes pensées et  
mes émotions. Mon état d'esprit est devenu positif,** confiant  
et j'ai beaucoup de projets excitants. J'ai appris à me leader  
moi-même et à leader ma petite équipe. Mon état d'esprit  
est changé, mon état émotionnel aussi. J'ai réussi à sortir  
de mon cercle négatif et à créer un cercle vertueux. J'ai  
défini mes objectifs, mes priorités, appris à planifier, à être  
bienveillante avec moi-même, à accepter les événements  
extérieurs et à être active sur ce que je peux maîtriser. ”

## CE QUE LES PARTICIPANTES EN DISENT



Sophie

Directrice artistique

Grâce aux 6 mois de coaching de groupe, Jenny m'a appris à révéler la meilleure version de moi-même.

**Faire partie d'un groupe de femmes et accepter d'être vulnérable face aux autres a été l'un des challenges les plus importants de ma vie.** Mon expérience de coaching de groupe m'a ouvert les yeux sur qui je suis, ce que je veux, et où je vais. Maîtriser et décoder mes pensées, mes actions, mes réactions, hacker mon cerveau, être enfin le pilote de ma vie, ne plus subir, être indépendante émotionnellement, devenir une vraie leader en action, ne plus procrastiner, réfléchir, regarder les autres, me dévaloriser, mais gagner en confiance, et être enfin alignée avec moi-même et m'accepter telle que je suis. Voilà ce que j'ai appris avec Jenny et les autres participantes chaque jour. C'est avant tout une aventure humaine. Aujourd'hui, grâce à Jenny, je suis convaincue que tout est possible. ”

Aujourd'hui je n'ai plus peur de leader



Emilie

Directrice du développement

**J'ai fait le coaching car je voulais réussir ma prise de poste** et parce que je me sentais un peu bridée. Aujourd'hui je n'ai plus peur de leader, j'ai confiance en moi, je réussis à m'imposer et j'aborde ma carrière de manière plus confiante : rien n'est impossible. ”

## CE QUE LES PARTICIPANTES EN DISENT



Anne

Designer & Project manager

“ J’ai pu définir un projet professionnel clair et ambitieux et j’ai confiance en l’avenir ”

**C’est l’une, sinon La meilleure décision que j’ai prise pour moi.** À l’issue du programme j’aborde la vie de façon positive et ambitieuse. J’ai pu définir un projet professionnel clair et ambitieux et j’ai confiance en l’avenir et en mes capacités à créer l’environnement et les conditions que je souhaite. Je me sens une véritable leader. Je prends des décisions, j’ose, j’avance et je suis ma meilleure alliée dans tout ça ;) ”