

Institut de développement personnel & de formation professionnelle en coaching holistique.

**báo**  
élan vital

LEARN GROW COACH!

# TRAJETS DE COACHING

**BAO Elan Vital, créé en 1999**, est né de la rencontre de coachs, personnes expérimentées animés d'une même passion : accompagner les individus lors de leur processus de transformation. BAO (Bouche à Oreille) accentue la notion de partage, d'écoute, d'inspiration, de souffle... et Elan Vital parce que c'est exactement de cela qu'il s'agit : être connecté à son Elan Vital.

Les coachs qui interviennent dans nos trajets ont d'abord acquis une solide expérience du monde de l'entreprise et/ou de l'associatif avant de décider de s'investir pleinement dans le coaching et la formation. Elles/ils sont tous certifié.e.s de l'institut BAO Elan Vital afin de garantir cohérence, qualité et professionnalisme mais aussi parce que ces personnes adhèrent aux valeurs humanistes et optimistes chères à notre école. Par ailleurs, elles sont également formées à la dynamique de groupes selon plusieurs approches et sont engagées dans un processus de formation continue et de supervision. Elles interviennent en coaching et formation dans des organisations de secteurs marchands et non-marchands, en utilisant la même pédagogie essentiellement pratique (la théorie ne représente que 30%). Notre approche interactive relève à la fois du coaching et du training, agissant autant au niveau du 'savoir-faire' qu'au niveau du 'savoir-être' des participant.e.s.

BAO Elan Vital vous propose un ensemble de formations longues mais également des formations courtes, des stages et ateliers ... En fonction de vos centres d'intérêt, vous trouverez certainement de quoi vous satisfaire parmi nos propositions.



# Nos formations longues

## EXPLORER CYCLE 1 | PRÉ-REQUIS : Aucun

DURÉE : 7 x 2 jours

### Pour une relation authentique avec soi et les autres

Ce trajet vous fera vivre de belles expériences de développement personnel en groupe. Vous expérimenterez diverses techniques de connaissance de soi et de communication (neurosciences, programmation neuro-linguistique, analyse transactionnelle, intelligence émotionnelle, TAO, outils transpersonnels et psychocorporels, travail symbolique et rituels...). Ces techniques et grilles de lecture pratiques constituent une base pour les personnes souhaitant améliorer leur intelligence relationnelle et maîtriser la coach attitude dans la vie privée et dans le monde du travail.

## DISCOVERER CYCLE 2 | PRÉ-REQUIS : Avoir suivi Explorer

DURÉE : 11 jours (5 x 2 jours + 1 jour de supervision)

### La pratique du coaching

Ce trajet s'adresse à toute personne désireuse de pratiquer le coaching. Soit dans le cadre de sa profession actuelle, soit pour devenir coach. A l'issue des 5 modules, plus 1 jour de supervision, vous maîtrisez les bases du coaching individuel. Et, si vous le désirez, vous pouvez passer la certification de coach BAO Elan Vital, qui répond aux critères de l'International Coach Fédération.

## TRAINER COACH CYCLE 3 | PRÉ-REQUIS : Avoir suivi un trajet de coaching

DURÉE 5 x 2 jours + 2 jours de présentation d'ateliers en vue de la certification

### Le trajet TRAINER COACH : expertise en dynamique de groupe et approche collaborative.

Cette formation prépare à faciliter les relations humaines et la générativité, optimiser les principes de l'intelligence collective, accompagner transitions et changements, gérer les émotions dans des situations difficiles, créer des contenus customisés, des mises au vert et des exercices ritualisés au service des transformations réussies. Durant la formation, vous aurez l'occasion de faire des stages actifs dans les entreprises et organisations et d'avoir du mentoring.

Vous maîtriserez les fondamentaux de la transmission selon les principes de la coach attitude et consoliderez les fondamentaux de la transmission et de l'animation de groupe : rester centré.e, garder votre leadership face à des attitudes challengeantes, gérer l'interactivité et promouvoir la richesse de la diversité. Un module est prévu en résidentiel.

# Nos formations longues

**VOYAGER I PRÉ-REQUIS** : Une disposition à des approches holistiques en lien avec la nature

**DURÉE** : 4 x 3 jours - Résidentiel

## **Le coaching symbolique et énergétique : un voyage intérieur explorant les chemins de l'âme.**

Cette formation s'adresse à toutes les personnes qui veulent continuer leur développement personnel en utilisant des pratiques énergétiques chamaniques contemporaines : le coaching régénératif.

L'approche se base sur des sagesse ancestrales mais le but est de former des personnes se mettant au service de la collectivité dans le monde actuel en pleine transition. Il s'agit d'apprentissage de processus, techniques, rituels et cérémonies contemporaines qui peuvent être combinés à toutes autres pratiques de consultation professionnelle, pour accompagner dans la transformation personnelle et dans le rétablissement de l'harmonie intérieure. Ce trajet se fait en résidentiel dans un lieu qui permet de travailler dans la nature.

**CONSTELLATIONS POUR COACHS I PRÉ-REQUIS** : Avoir suivi un trajet de coaching

**DUREE** : 2 Masterclasses de 3 modules de deux jours

## **Constellations pour Coachs**

Nous vous proposons deux Master Classes innovantes alliant le coaching (**individuel** ou **d'équipe**) et la puissance des constellations. Ces deux propositions (chacune de 3 modules de 2 jours) vous permettront d'amplifier singulièrement votre puissance d'accompagnement. Toute la singularité et le savoir-faire de BAO Elan Vital mis ici à votre disposition dans une approche expérientielle et immersive !

**Ce que ce trajet de deux Masterclasses vous permettra de développer :**

- Une intuition aiguisée, une connaissance fine des grandes lois qui régissent les systèmes complexes (famille, entreprises, organisations...)
- Un cadre élargi permettant un questionnement plus affirmé
- Un alignement corps-cœur-esprit renforcé au service d'un ancrage stabilisé
- Un meilleur équilibre Yin-Yang

*Au cœur du Vivant, au service du Collectif*

[www.baoelanvital.be](http://www.baoelanvital.be)

## MASTERCLASSES | PRÉ-REQUIS : Avoir suivi un trajet de coaching

**Les Masterclasses s'adressent aux personnes qui ont suivi un trajet de coaching** et qui désirent approfondir leurs connaissances sur des thèmes spécifiques tels que le burnout et le stress, l'intelligence émotionnelle, le corporel, le coaching symbolique, ... Ces masterclasses peuvent se voir comme des moments de supervisions de groupe et s'adressent aux personnes pratiquant le coaching, quels que soient leur niveau et leur degré d'expérience. Elle constituent un soutien à la pratique via le feedback des mentors et font partie de la déontologie professionnelle du coach.

## ATELIERS & STAGES | PRÉ-REQUIS : Aucun

**Nous proposons une large variété d'ateliers et de stages**, ouverts à chaque personne intéressée. Il n'y a aucun pré-requis pour y participer. Ils ont toujours un objectif de développement personnel : Travail du Souffle, Mindfulness, Constellations Familiales, Pleine conscience dans la relation d'aide, Emotional Freedom Techniques, Marche sur le Feu, Plein Pouvoir au féminin pluriel, Healing & Vitality Circles, Autocompassion basée sur la pleine conscience, Education positive, ...

## Informations pratiques

**HORAIRES** : Les formations Explorer et Discoverer se donnent en weekend ou en semaine. Sauf exception, les formations sont proposées de 9h30 à 17h30.

**LIEU** : Les formations se donnent à Bruxelles, au Bouche à Oreille (11 rue Félix Hap, 1040 Bruxelles). Facilité d'accès en transport en commun (5 min. à pied des stations Schumann et Mérode).  
Pour les modules en résidentiel ainsi que pour les ateliers, le lieu varie en fonction de la formation.

**GROUPE** : Les groupes n'excèdent pas 22 personnes et sont encadrés, selon la formation, par un.e ou plusieurs coachs, permettant un maximum d'exercices en sous-groupes.

**TARIFS** : Les tarifs sont disponibles sur le site. Le paiement peut se faire de façon globale ou fractionnée. BAO Elan Vital répond aux conditions pour l'obtention des primes à la formation de la région bruxelloise.

**SYLLABUS** : Syllabus, notes et propositions de lecture sont mis à disposition des participant.e.s.

**INSCRIPTIONS** : Que ce soit pour les formations courtes ou longues, ainsi que pour les ateliers, il est indispensable de s'inscrire en ligne via le site. [www.bao-elanvital.be](http://www.bao-elanvital.be)

**QUALITÉ** : Les formations de l'institut BAO Elan Vital sont certifiées Q-FOR.

**ACCREDITATION** : La formation BAO Elan Vital vous permet d'obtenir, si vous le désirez, une accréditation indépendante auprès de la Fédération Internationale de Coaching (ICF) via la voie « portfolio ».

*Au cœur du Vivant, au service du Collectif*

[www.baoelanvital.be](http://www.baoelanvital.be)