

**HAPPY**  
Connector



# Softskills & Management

*par le rire*

[WWW.HAPPYCONNECTOR.COM](http://WWW.HAPPYCONNECTOR.COM)

# TOUTES NOS PRESTATIONS

HAPPY  
Connector

Accompagnement des salariés et managers pour le **développement de leurs compétences professionnelles.**

Développement des **compétences** individuelles et **interpersonnelles Softskills** pour des collaborateurs plus engagés, motivés et heureux!

Atelier collectif **anti-stress** pour **lâcher prise**, s'amuser et se connecter à son enfant intérieur.

Encourage la bonne humeur et une **bonne ambiance** au sein de l'équipe.



Une méthode d'**intelligence collective** et de **coopération** qui a vocation à **clarifier des situations professionnelles** et à faire émerger des **solutions.**

Une intervention dynamique et **interactive** sur le rire au travail, idéale lors de votre prochain **séminaire** pour briser la glace et **muscler les zygomatiques** de vos collaborateurs.

[WWW.HAPPYCONNECTOR.COM](http://WWW.HAPPYCONNECTOR.COM)

# NOS FORMATIONS BEST-SELLERS



Développer une communication assertive

Gérer les conflits avec la Communication non Violente (CNV)



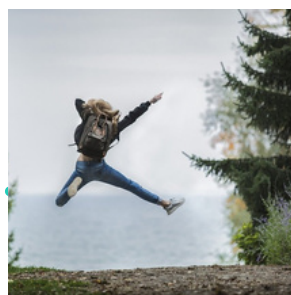
Gérer son temps et ses priorités de manière sereine

Gérer son stress au travail



Prise de parole en public

Devenir animateur de Yoga du Rire  
(Certification officielle)



[WWW.HAPPYCONNECTOR.COM](http://WWW.HAPPYCONNECTOR.COM)

# LE CO-DÉVELOPPEMENT

## L'OUTIL D'INTELLIGENCE COLLECTIVE PRÉFÉRÉ DES MANAGERS

### LE CODÉVELOPPEMENT PROFESSIONNEL ET MANAGÉRIAL

Un outil d'intelligence collective

EN 6 POINTS

#### 1 LE GROUPE

6-8 participants  
1 réunion / mois pour une durée de 8 - 12 mois  
postes et responsabilités similaires



#### 2 COLLABORATION STRUCTURÉE

Le codéveloppement implique un processus structuré où les participants s'engagent dans des séances régulières pour partager leurs défis professionnels et collaborer pour trouver des solutions.

#### 3 PARTAGE D'EXPÉRIENCE

Chaque participant apporte son expérience et ses connaissances au groupe, ce qui favorise un apprentissage mutuel et une perspective diversifiée sur les problèmes rencontrés.



#### 4 ÉCOUTE ACTIVE ET FEEDBACK CONSTRUCTIF

Les membres du groupe s'engagent à écouter activement les préoccupations des autres et à offrir un feedback constructif, ce qui permet un développement personnel et professionnel significatif.



#### 5 CONFIDENTIALITÉ ET RESPECT

La confidentialité et le respect sont des éléments clés du codéveloppement, permettant aux participants de se sentir en sécurité pour partager ouvertement leurs défis sans craindre de jugement.



#### 6 RÉSULTATS TANGIBLES

Le codéveloppement est axé sur la résolution de problèmes concrets et la réalisation d'objectifs mesurables, ce qui conduit à des résultats tangibles et durables.



# MAXIMISEZ LE POTENTIEL DE VOS EMPLOYÉS



## AVEC NOTRE PROGRAMME DE COACHING PROFESSIONNEL

Vos employés sont votre atout le plus précieux. Ils sont le moteur de votre entreprise, porteurs de vos objectifs et de votre vision. Cependant, même les employés les plus talentueux peuvent rencontrer des obstacles sur leur chemin vers le succès.



### QU'EST-CE QU'UN COACH PROFESSIONNEL?

- sait se taire
- se focalise sur le présent
- Est impartial, constant et régulier
- a une démarche structurée
- est à l'écoute de ses intuitions



- n'est pas psychothérapeute
- n'apporte pas des solutions sur un plateau
- Ne fait pas la conversation
- n'est pas condescendant et jugeant



### COMMENT SE PASSE LA DÉMARCHE?



### QUAND FAIRE APPEL À UN COACH PROFESSIONNEL?

- Je n'ose pas prendre la parole devant mes collègues
- Je ne me sens pas légitime en tant que responsable
- Je n'ose pas dire non à mon responsable
- Je ressens trop de pression au travail
- Je ne trouve pas ma place auprès de mes collègues



### QUELLES SONT LES FINALITÉS?



Mettre en action



Développer une vision globale pour les managers



Découvrir ses ressources personnelles

# FAVORISEZ UN LIEN AUTHENTIQUE

Le Yoga du Rire est un concept unique où tout le monde peut rire sans raison sans avoir recours à l'humour, aux blagues ou à la comédie.

Nous initiions le rire comme un simple exercice dans un groupe, tout en maintenant un contact visuel et une espièglerie enfantine, il se transforme rapidement en rire authentique et contagieux.

Nous l'appelons 'Yoga du Rire' parce qu'il combine des exercices de rire avec des exercices de respiration du yoga. Notre corps et notre cerveau recevant ainsi plus d'oxygène, nous nous sentons plus énergiques et en meilleure forme.



Il a été créé par Dr Madan Kataria, médecin originaire d'Inde, assisté de sa femme, Madhuri Kataria, professeur de yoga, avec seulement cinq personnes dans un parc à Mumbai en 1995. Il y a des milliers de Clubs de Rire dans plus de 72 pays.

Le concept de Yoga du Rire est basé sur le fait scientifique que le corps ne peut pas différencier entre le rire simulé et le rire authentique s'il est intentionnel. On obtient les mêmes avantages physiologiques et psychologiques.



[WWW.HAPPYCONNECTOR.COM](http://WWW.HAPPYCONNECTOR.COM)

# IMPACT DU RIRE DANS LE MONDE PROFESSIONNEL\*



Renforce l'esprit d'équipe

Diminue l'absentéisme,  
les risques de burn-out et  
le turnover



Augmente la motivation et  
l'engagement individuel

Favorise la communication  
entre les salariés,  
avec la hiérarchie  
ainsi que les clients.

Valorise l'image de  
l'entreprise



Développe la créativité et la  
rigueur



Augmente les ventes et  
la productivité

Réduit les symptômes de  
stress et anxiété



\*Basé sur l'étude scientifique: "Effect of Workplace Laughter Groups on Personal Efficacy Relief"  
Beckman, Regier & Young, 2007, USA



[WWW.HAPPYCONNECTOR.COM](http://WWW.HAPPYCONNECTOR.COM)

# LES 4 BÉNÉFICES DU RIRE



## Emotionnel



- Aide à **gérer les émotions**
- **Diminue les sentiments de frustrations, colère** ainsi que les **conflits interpersonnels**
- Augmente la capacité à l'**empathie**, la **compassion** et à la **générosité**
- Augmente le sentiment de **joie**.

## Physique



- Réduit le **stress**
- **Baisse la tension musculaire** grâce aux endorphines générées
- **Renforce le système immunitaire**, qui diminue les risques de maladie et d'infection
- Donne un effet **anti-fatigue, antalgique et anxiolytique**
- Améliore la **qualité du sommeil**.

## Mental



- Augmente la **concentration** grâce à l'apport d'oxygène dans le cerveau et le corps
- Sensation élevée d'**énergie** et augmentation de la **capacité de travail** sans sensation de fatigue
- **Éclaire l'esprit**, fluidifie les idées et permet une plus grande **créativité**
- Aide à développer le **sens de humour**

## Développement personnel



- Améliore la **confiance** et l'**estime de soi**
- Aide à **lâcher prise** et prendre du recul sur les problèmes
- Développe la **résilience**
- **Attitude mentale plus positive** face aux difficultés de la vie

[WWW.HAPPYCONNECTOR.COM](http://WWW.HAPPYCONNECTOR.COM)





# LES PARTENAIRES QUI NOUS FONT CONFIANCE

ET BEAUCOUP D'AUTRES....

**Groupe SOS**  
Seniors Reconnu d'utilité publique

LUXEMBOURG  
INSTITUTE OF SCIENCE  
AND TECHNOLOGY

**LIST**



**FEDAS**  
LUXEMBOURG

**LUXINNOVATION**  
TRUSTED PARTNER FOR BUSINESS



WARNER BROS.



PUBLICIS GROUPE

Ville de  
**UTZ**

**t**  
THIONVILLE



ManpowerGroup

MAISON  
**MICHEL**  
PARIS



Google

Capgemini

AUSY

**OLYMPUS**  
Your Vision, Our Future



CHANEL **altran**

AON

**VEOLIA**

MAISON  
**MICHEL**  
PARIS

**Financo**

photobox

magicgarden



**Groupama**

**UPTOO**  
SALES TALENT SEARCH



## PARLONS DE VOUS ET DE VOS BESOINS



+33650949403



laurelessia.calderon@gmail.com

[WWW.HAPPYCONNECTOR.COM](http://WWW.HAPPYCONNECTOR.COM)

# QUI SOMMES-NOUS EN CHIFFRES?



DEPUIS  
2016



+ 50  
ENTREPRISES  
PARTENAIRES

± 150H

DE RIRE EN  
ENTREPRISE ET  
ASSOCIATIONS

HA  
HA

± 200H  
DE COACHING



± 1000H  
DE FORMATION



HAPPYCONNECTOR  
ARRIVE À  
THONVILLE!

2022

PARLONS  
DE VOUS ET DE VOS  
BESOINS



+33650949403



laurealessia.calderon@gmail.com

WWW.HAPPYCONNECTOR.COM