

MASTERCLASS LINKEDIN

LEADERSHIP BOOST

5 HACKS POUR RECHARGER TON ÉNERGIE

9 août de 10h00 à 11h00 GMT

Soizic Merdrignac



POURQUOI NOUS AGISSONS (WHY)

Nous croyons que l'Afrique mérite des leaders éclairés, alignés, puissants.

Nous croyons que chaque manager ambitieux peut devenir une force de transformation dans son entreprise, son marché et sa communauté.

 Notre mission : aider les leaders à se concentrer, performer, et impacter durablement.

QUI EST SOIZIC ?

🧠 Soizic M., c'est une puissance rare : Coach executive, stratège du leadership et révélatrice d'impact.

🎤 Elle électrise nos formats et ressources, secoue les esprits et fait passer à l'action.

💬 “Je veux que chaque manager reparte avec un boost puissant : de la clarté, de la confiance, du courage.”

🌍 Sa mission : élever une génération de leaders qui osent penser différemment, agir avec audace, et incarner un leadership humain, exigeant, contagieux.

🚀 Elle allie la profondeur du coaching, la science de la performance, la clarté stratégique... et une énergie virale.

LA SMART ACADEMY

La SMART ACADEMY, c'est l'école digitale des leaders ambitieux.

- ➡ Des masterclasses et des workshops concrètes, actionnables, courtes, puissantes.
- ➡ Une pédagogie unique : coach-style, orientée passage à l'action.
- ➡ Un format accessible : 100 % en ligne, 0 % blabla, 100 % applicable.

💡 Nos mantras :

- "Simple. Puissant. Immédiat."
- "S'il y a un effort, il y a un accomplissement."
- "Ce n'est pas important d'être meilleur qu'un autre. Ce qui compte c'est d'être meilleur qu'hier."


**TU NE PEUX PAS JOUE
EN LIGUE DES CHAMPIONS
AVEC UNE BATTERIE À 5 %**

SOIZIC M.

UNE HEURE POUR ÊTRE AU TOP

**Avec énergie, enthousiasme,
audace et self-love !**

CE QUE TU TROUVES DANS CHAQUE MASTERCLASS

- ✓ Des techniques concrètes & transformantes
 - ✓ Des outils exclusifs à mettre en pratique dès la sortie
 - ✓ Des rituels d'alignement personnel et professionnel
 - ✓ Une énergie boostante, et des challenges puissants
-  Une heure qui change ta façon de fonctionner, pour toujours.

POURQUOI SAISIR CETTE OPPORTUNITÉ

- ✗ Le monde est bruyant, rapide, instable.
 - ✗ Tu as trop de choses à faire, et pas assez de clarté.
 - ✓ Tu veux apprendre à te recentrer, mieux décider, mieux gérer tes équipes.
- 🔥 Rejoins la seule masterclass à haute valeur ajoutée où tu développes ton leadership ET ta lucidité.

LA PROMESSE

💡 Plus d'énergie → plus de mouvement → plus de leadership.

En 7 jours, reconnecte ton énergie à ton leadership

Ce que tu vas obtenir :

🔋 Recharger ton énergie physique, mentale et émotionnelle

🚀 Passer du mode intention au mode action

🎯 Concentrer tes efforts sur ce qui crée le plus d'impact

🧠 Installer un rythme gagnant qui nourrit ton leadership

💪 Gagner en confiance et en clarté pour entraîner ton équipe

BÉNÉFICES POUR LES LEADERS

Énergie de Leader : ton meilleur avantage compétitif

- Maintenir un haut niveau de performance sans épuisement
- Installer des routines d'auto-régénération physique, mentale et émotionnelle
- Gagner en clarté et focus pour prendre de meilleures décisions
- Retrouver ton A-Game, même en contexte de forte pression

💡 Un leader qui se recharge inspire, entraîne et impacte plus fort.

BÉNÉFICES POUR LES ÉQUIPES

Quand ton énergie inspire ton équipe

- Réduire le stress collectif et créer un climat de travail plus serein
- Favoriser l'engagement et la motivation durable
- Limiter les risques d'absentéisme et de turnover
- Montrer l'exemple d'un équilibre performant et humain

💡 Ton énergie est contagieuse — dans un sens ou dans l'autre.

BÉNÉFICES POUR LEUR BUSINESS

L'énergie, un actif stratégique pour ton organisation

- Optimiser l'énergie organisationnelle comme levier de croissance
- Préserver la capacité d'innovation et d'adaptation
- Accroître la résilience face aux crises et changements
- Maximiser la performance sans sacrifier le capital humain

💡 Un business porté par des leaders énergisés est un business qui dure.

**CE QUE TU N'EXPRIMES PAS, TON CORPS,
TON ÉQUIPE OU TON BUSINESS FINIRONT
PAR L'EXPRIMER POUR TOI.**

SOIZIC M.

LES FUITES D'ÉNERGIE INVISIBLES

Le problème n'est pas le temps. C'est l'énergie.

- Les leaders qui réussissent n'ont pas plus d'heures dans leur journée
- Ils ont :
 - Plus d'énergie
 - Plus de clarté
 - Plus de discipline intérieure
- Pourtant, 80 % des leaders sous-estiment leur niveau de fatigue
- Résultat : baisse de lucidité, décisions moins stratégiques, perte d'impact

💡 Ce n'est pas une question de “faire plus”, c'est une question d’“être mieux” énergétiquement.

Pourquoi tu n'es pas rechargé.e... même après un break

- Le repos \neq la recharge
- L'énergie se gère comme un actif stratégique
- Sans une stratégie d'énergie :

Le stress reste présent

Les micro-fuites épuisent le système

Le mental ne retrouve pas son niveau optimal

L'épuisement des leaders : une réalité massive

- 60 % des cadres déclarent manquer d'énergie au travail au moins 1 jour sur 2
- 2 dirigeants sur 3 estiment que leur niveau de stress est plus élevé qu'il y a 5 ans
- 1 manager sur 2 reconnaît que la fatigue affecte sa capacité de décision

💡 La majorité des leaders jouent déjà avec une batterie partiellement vide.

L'énergie : premier facteur de performance durable

- Baisse d'énergie = -20 % de productivité en moyenne
- Hausse des erreurs stratégiques et décisions prises dans l'urgence
- Réduction de la capacité d'innovation et de créativité

💡 Sans énergie, même les meilleurs talents voient leur impact chuter.

Un leader épuisé, un collectif affaibli

- L'état émotionnel du leader influence jusqu'à 70 % du climat d'équipe
- Augmentation du turnover et du désengagement quand le management est stressé
- Dégradation de la résilience organisationnelle face aux crises

💡 Ton énergie n'est pas qu'un atout personnel. C'est un multiplicateur... ou un frein collectif.

Ton énergie personnelle = la météo de ton équipe et de ton business

- Leader vidé → Équipe dispersée → Business qui stagne
- Leader énergisé → Équipe engagée → Business qui progresse
- L'énergie est contagieuse... dans un sens ou dans l'autre

Fuite #1 : Surcharge cognitive

- Trop de décisions à prendre chaque jour (decision fatigue)
- Informations dispersées + interruptions constantes
- Perte de focus = perte d'efficacité
- Surcharge digitale

💡 Un leader prend en moyenne 35 000 décisions par jour, la plupart sans valeur stratégique.

Fuite #2 : Absence de récupération réelle

- Pauses “faussement reposantes” (mails, scroll, micro-tâches)
- Vacances ou week-ends sans déconnexion mentale
- Accumulation de fatigue physique et émotionnelle

💡 Le corps récupère, mais le mental reste en mode alerte.

Fuite #4 : Stress chronique non régulé

- Urgences permanentes
- Pression sur les résultats sans marges de respiration
- Pas ou peu de rituels de gestion émotionnelle

💡 Un stress non géré épuise le système nerveux comme un logiciel qui tourne en arrière-plan en permanence.

Fuite #5 : Manque de sens & d'alignement





- Décalage entre les priorités business et ses propres valeurs
- Sentiment de subir plus que de diriger
- Perte de motivation profonde

💡 Quand ton “pourquoi” s'affaiblit, ton énergie suit.

Identifier → Éliminer → Protéger ton énergie

- Tu viens de voir les principales fuites qui sapent ton énergie au quotidien.
- La clé n'est pas seulement de les repérer...
- ... mais de mettre en place des stratégies concrètes pour les fermer et récupérer ta puissance d'action.

Bullet points :

-  Identifier les fuites invisibles qui t'affaiblissent
-  Éliminer les habitudes et environnements énergivores
-  Protéger ton énergie comme ton capital stratégique n°1
-  Chaque pourcentage d'énergie regagné est un pourcentage de clarté, de performance et d'impact en plus.

Et si tu traitais ton énergie comme ton capital le plus précieux ?

💡 L'énergie est à ton leadership ce que la trésorerie est à ton business. Sans elle, tout ralentit. Avec elle, tout s'accélère.

- Investis-la là où elle crée le plus de valeur
- Protège-la des fuites et des voleurs d'attention
- Fais-la fructifier avec des habitudes qui la régénèrent
- Mesure-la pour savoir quand agir avant la panne sèche

🎯 Quand tu gères ton énergie comme un actif stratégique, tu n'es plus esclave de ton agenda : c'est toi qui donnes le rythme, à ton équipe et à ton business.

LES 4 PIÈGES À DÉJOUER

Dans 90 % des conversations mal vécues, ces 4 pièges sont présents :

▲ 1. L'interprétation défensive

Tu imagines des intentions négatives.

Ex : “Il me manque de respect”, “Elle veut me piéger”.

☞ Tu montes en tension avant même d'avoir commencé.

▲ 2. Le silence de protection

Tu préfères te taire pour éviter le conflit.

☞ Tu t'auto-censures. Et tu laisses le problème empirer.

**GÈRE TON ÉNERGIE AVANT
DE GÉRER TON TEMPS**

SOIZIC M.

LES 5 HACKS POUR BOOSTER TON ÉNERGIE ET TON LEADERSHIP

Simple. Puissant. Actionnable dès aujourd'hui.

Ce ne sont pas des astuces 'feel good'. Ce sont des leviers utilisés par les leaders et performeurs de haut niveau pour rester au top, même en contexte de chaos

Hack #1 : Reprogrammer ton système d'énergie en 5 minutes

Respiration + mouvement + intention

Routine express pour réinitialiser ton niveau d'énergie (au réveil ou avant une réunion clé)

Outil : méthode BMR (Breathe – Move – Reset)

💡 1% de ton temps peut transformer 99% de ta journée.

Méthode BMR : 5 minutes pour recharger ta batterie

BMR – Breathe • Move • Reset

Le rituel express des leaders pour retrouver focus et énergie

Breathe – Respire profondément (1 à 2 min)

- Inspire par le nez sur 4 temps
- Bloque ta respiration 4 temps
- Expire par la bouche sur 6 temps
- Répète 5 à 8 cycles

💡 Objectif : oxygéner le cerveau, calmer le système nerveux, recentrer le mental.

Méthode BMR : 5 minutes pour recharger ta batterie

Move – Bouge ton corps (2 min)

- Étirements dynamiques ou 20 squats
- Rotation des épaules et du cou
- Marche rapide sur place ou dans la pièce

💡 Objectif : relancer la circulation sanguine et activer la chimie de l'énergie.

Méthode BMR : 5 minutes pour recharger ta batterie

Reset – Réinitialise ton intention (1 min)

- Ferme les yeux
- Visualise ton objectif clé pour les 2 prochaines heures
- Choisis une émotion ressource (ex. : confiance, calme, énergie) et incarne-la

💡 Objectif : effacer le brouillard mental et passer en mode A-Game.

Méthode BMR : 5 minutes pour recharger ta batterie

Reset – Réinitialise ton intention (1 min)

- Ferme les yeux
- Visualise ton objectif clé pour les 2 prochaines heures
- Choisis une émotion ressource (ex. : confiance, calme, énergie) et incarne-la

💡 Objectif : effacer le brouillard mental et passer en mode A-Game.

En 5 minutes, tu peux passer d'un mental dispersé à un leader clair, aligné et énergisé.

Hack #2 : Le hack mental des CEO pour rester focus malgré le chaos

- Question pivot quotidienne : "Quelle est la seule chose que je peux faire aujourd'hui pour avoir le plus d'impact ?"
- Visualisation rapide de l'issue idéale avant d'agir

Outil : méthode One Focus One Win

💡 La clarté précède l'énergie.

One Focus One Win

La discipline des leaders qui avancent malgré le chaos

💡 Dans un monde qui te tire dans 100 directions, les leaders de haut niveau gagnent en allant à fond dans une seule direction à la fois.”

Simplifier pour amplifier

- Identifier la seule chose qui, si elle est accomplie aujourd'hui, aura l'impact le plus fort
- Éliminer (ou reporter) tout le reste le temps de l'exécuter
- Agir avec énergie concentrée plutôt qu'énergie dispersée

💡 Ce que tu n'accomplis pas aujourd'hui n'est pas forcément perdu... mais ton énergie de leader l'est si tu te disperses.

Le protocole One Focus One Win

3 étapes pour l'appliquer

Chaque matin : écrire ta One Thing → “Si je ne fais qu'une seule chose aujourd'hui, ce sera...”

Bloquer un créneau de 60 à 90 minutes pour t'y consacrer sans interruption

Protéger ce créneau : pas de mails, pas de téléphone, pas de multitâche

💡 Astuce : applique ce principe aussi à ta semaine → One Focus One Win hebdo.

L'effet levier du focus

- Moins de fatigue décisionnelle
- Plus de clarté et d'avancées significatives
- Évite la dispersion et le sentiment de “courir sans avancer”

💡 Chaque victoire quotidienne nourrit ton énergie et ta confiance.

Ton One Focus One Win de demain

- Note maintenant la priorité n°1 que tu veux avoir bouclée demain
- Bloque ton créneau dans ton agenda
- Demande à quelqu'un de te challenger ou de vérifier ton avancement

 Commence demain matin et ressens la différence dès le soir.

Ton One Focus One Win de demain

- Note maintenant la priorité n°1 que tu veux avoir bouclée demain
- Bloque ton créneau dans ton agenda
- Demande à quelqu'un de te challenger ou de vérifier ton avancement

 Commence demain matin et ressens la différence dès le soir.

Hack #3 : Éliminer les ennemis silencieux de ta performance

- Stop au multitâche
- Fermeture des boucles ouvertes (open loops)
- Audit rapide de tes fuites d'attention hebdomadaires

Outil : Liste STOP

💡 Chaque distraction évitée = énergie préservée pour ce qui compte.

Ce que j'arrête pour protéger mon énergie et mon leadership

Exemple de Liste STOP 

STOP tâches à faible valeur

- Répondre immédiatement à tous les emails entrants
- Participer à des réunions sans objectif clair
- Micro-gestion des tâches de l'équipe

STOP habitudes énergivores

- Vérifier mon téléphone dès le réveil
- Travailler sans pause réelle pendant plus de 2h
- Reporter les décisions difficiles à plus tard

Ce que j'arrête pour protéger mon énergie et mon leadership

STOP relations et interactions drainantes

- Entretenir des discussions improductives ou négatives
- Dire “oui” à tout par peur de décevoir
- Passer du temps avec des personnes qui n'élèvent pas mon énergie

💡 Astuce : refais cette liste chaque trimestre et supprime au moins 1 élément par catégorie.

🎯 Chaque STOP = de l'énergie en plus pour tes vraies priorités.

Hack #4 : Booster ta présence, ta clarté et ton impact

- Ajuster posture & langage corporel pour incarner l'énergie
- Utiliser le “reset émotionnel” avant chaque interaction importante
- Ritualiser 3 questions clés avant toute prise de parole

💡 Ton énergie parle avant toi.

Le Reset émotionnel : incarner ton énergie avant de parler

“Avant même que tu prononces un mot, ton posture, ton regard et ton énergie donnent le ton. Un leader conscient de cela ne laisse pas le hasard décider de l’impression qu’il donne.”

Les 3 étapes du Reset émotionnel. 30 secondes pour passer en mode A-Game

Pause – Inspire profondément et expire lentement (2 cycles complets)

Posture – Redresse-toi, ancre tes pieds, ouvre ta cage thoracique

Projection – Choisis l’émotion et l’intention que tu veux transmettre

 Ce rituel active un signal de confiance à ton cerveau et à ton auditoire.

Les 3 questions clés avant toute prise de parole

Le filtre mental des leaders à fort impact

1. Quelle énergie je veux transmettre ? (Confiance, calme, dynamisme...)
2. Quel est l'effet que je veux produire chez mon audience ? (Clarté, motivation, décision...)
3. Quelle est l'idée principale que je veux qu'ils retiennent ? (Le “message pivot”)

💡 En clarifiant ces 3 points, tu t'assures que ton énergie et tes mots tirent dans la même direction.

Ton challenge Reset émotionnel

- Teste ce protocole avant ta prochaine réunion, pitch ou intervention
- Évalue l'impact ressenti sur toi et sur les autres
- Note 1 chose à ajuster pour encore plus d'alignement

 L'énergie alignée devient une arme d'influence massive.

Hack #5 : Plan STOP DISPERSION

- Structurer ta semaine autour de tes pics d'énergie
- 3 priorités maximum / jour
- Intégrer des micro-pauses stratégiques
- Outil : Planning Énergie x Impact

💡 Ce que tu supprimes a autant d'importance que ce que tu ajoutes.

Organise ta semaine pour maximiser ton impact sans t'épuiser

Identifier tes pics d'énergie

- Matin : créativité, prise de décisions stratégiques
- Après-midi : suivi, réunions collaboratives
- Fin de journée : tâches légères, préparation du lendemain

Classer tes tâches par niveau d'impact

- Impact fort : décisions clés, stratégie, création de valeur
- Impact moyen : suivi projets, formation, communication interne
- Impact faible : administratif, organisation, routine

Exemple de semaine optimisée

Jour	Matin (pic d'énergie)	Après-midi	Fin de journée
Lundi	Stratégie & priorités semaine	Réunions d'équipe	Emails légers
Mardi	Négociations / décisions clés	Suivi projets	Préparation dossiers
Mercredi	Création contenu stratégique	Coaching équipe	Administratif
Jeudi	Innovation / brainstorming	Réunions clients	Clôture tâches
Vendredi	Revue KPIs & planification	Feedback 1:1	Clôture semaine

💡 Ce que tu fais au bon moment coûte moins d'énergie et produit plus de résultats.
Astuce bonus : Bloque tes créneaux "haute énergie / haut impact" comme des rendez-vous non négociables.

Organise ta semaine pour maximiser ton impact sans t'épuiser

Une dimension “ROI de l'énergie”

💡 Leur montrer que chaque heure investie au bon moment génère un retour mesurable (plus de revenus, meilleure influence, décisions plus pertinentes).

- Ajouter un indicateur “Impact business estimé” à chaque créneau haut impact
- Exemple : 2h sur stratégie = 20% de croissance supplémentaire sur un trimestre

Un bloc “Deep Work Leader”

🎯 Consacrer au moins 2 créneaux / semaine à un travail sans distraction, dédié à un levier stratégique.

- Exemple : préparation d'une levée de fonds, refonte d'une offre clé, vision 3 ans
- Communiquer à l'équipe que ces créneaux sont inviolables

Organise ta semaine pour maximiser ton impact sans t'épuiser

Intégrer le “Leadership Time”

 Prévoir du temps pour influencer et élever les autres :

- 1:1 avec hauts potentiels
- Mentorat interne
- Feedback stratégique

Mesure hebdo Énergie x Impact

 Faire un mini bilan chaque vendredi :

- % de créneaux haute énergie respectés
- Résultats clés produits pendant ces moments
- Ajustements à apporter la semaine suivante

Organise ta semaine pour maximiser ton impact sans t'épuiser

Ritualiser le “Reset Leader”

📅 Avant un créneau haut impact, appliquer systématiquement BMR ou Reset Émotionnel pour arriver avec 100% de clarté et de présence.

💡 “En tant que leader ambitieux, tu ne gères pas juste ton temps : tu orientes ton énergie comme un capital stratégique pour créer de la valeur maximale, rapidement et durablement.”

De la théorie à la mise en action

- Challenge : appliquer 1 hack par jour pendant 5 jours
- Partager tes résultats avec un pair / mentor / équipe
- Mesurer ton niveau d'énergie avant/après

 Rappel : PDF stratégique offert pour accompagner la mise en place

**LA CLÉ DE LA HAUTE PERFORMANCE
N'EST PAS DE TRAVAILLER PLUS DUR,
MAIS DE MIEUX RÉCUPÉRER.**

BRAD STULBERG

PRÉVENIR LE BURNOUT

La check-list du leader ambitieux

💡 Le burnout ne frappe pas “par surprise” — les signaux sont visibles, si on sait les repérer.

Surveille les signes avant-coureurs

- Fatigue persistante même après repos
- Perte d'enthousiasme pour les projets qui te passionnaient
- Irritabilité ou impatience inhabituelle
- Difficulté à se concentrer ou à décider

LES SIGNES AVANT-COUREURS

Des signes à surveiller

Si vous travaillez dans un contexte difficile et que votre personnalité vous pousse à vous surinvestir, guettez les signes suivants. L'épuisement professionnel se développe en effet sur la durée, et peut passer inaperçu dans ses premiers stades.

SATURATION

- Fatigue chronique
- Irritabilité
- Migraines, douleurs musculaires et articulaires
- Difficultés à gérer ses émotions
- Difficulté croissante à se mettre au travail
- Baisse de performance
- Sentiment d'être en permanence dépassé

DÉTACHEMENT

- Motivation en baisse
- Lassitude, pessimisme indifférent
- Cynisme
- Réduction de la vie sociale
- Lenteur au travail
- Tendance à fuir les conflits et les difficultés
- Sentiment de ne plus avoir d'avenir professionnel

EFFONDREMENT

- "Arrêt de fonctionnement" physique : hypotension, palpitations, crises d'angoisse, infections multiples, troubles alimentaires et du sommeil
- Capacités cognitives diminuées
- Incapacité à gérer le stress
- Sentiment d'incapacité, voire de mort imminente

La check-list du leader ambitieux

Évalue ton environnement

- Est-il durablement exigeant sans périodes de récupération ?
- Y a-t-il une pression constante sur les résultats ?
- L'ambiance favorise-t-elle l'entraide ou l'isolement ?

Ajuste tes leviers d'énergie

- Planifie des micro-pauses stratégiques dans la journée
- Alterne haute intensité et temps de recharge
- Allège volontairement certaines semaines pour éviter l'accumulation

La check-list du leader ambitieux

Renforce ton réseau de soutien

- Entoure-toi de pairs, mentors, coachs
- Partage tes challenges avant qu'ils ne deviennent critiques
- Ne te coupe pas de tes sources de motivation extérieures

Passe la check-list chaque trimestre

 L'objectif est de détecter tôt toute dérive énergétique pour corriger avant la panne sèche.

 Un leader ambitieux n'attend pas que la machine casse pour faire l'entretien.

Le réflexe du leader ambitieux

💡 Un leader ne “tombe” pas en burnout du jour au lendemain. Les signaux sont visibles... si on prend le temps de les voir.

Comprendre le mécanisme / Quand la pression devient un piège

- Environnement durablement exigeant + absence de récupération
- Typologie de personnalité perfectionniste, engagée, endurante

Résultat : l'organisme reste en mode “urgence” trop longtemps → épuisement physique, mental et émotionnel

Les 4 leviers de prévention

Protéger son énergie avant qu'elle ne s'effondre

Rythmer l'intensité : alterner phases de haute performance et de récupération

Micro-pauses stratégiques : 5 min toutes les 90 min pour relancer le système

Charge maîtrisée : savoir dire non et déléguer

Réseau de soutien : pairs, mentors, coachs pour prise de recul

Le rituel trimestriel

L'entretien préventif du leader

- Passer la check-list burnout chaque trimestre
- Identifier au moins un ajustement concret à mettre en place
- Traiter ton énergie comme un actif à auditer régulièrement

💡 On ne conduit pas une voiture de course sans vérifier le moteur. Pourquoi le ferait-on avec son corps et son esprit ?

Le rituel trimestriel

L'entretien préventif du leader

- Passer la check-list burnout chaque trimestre
- Identifier au moins un ajustement concret à mettre en place
- Traiter ton énergie comme un actif à auditer régulièrement

💡 On ne conduit pas une voiture de course sans vérifier le moteur. Pourquoi le ferait-on avec son corps et son esprit ?

**LE LEADERSHIP NE CONSISTE PAS À
ÊTRE AUX COMMANDES, MAIS À PRENDRE
SOIN DE CEUX QUI SONT SOUS TA
RESPONSABILITÉ.**

SIMON SINEK

PASSE À L'ACTION

Du déclic au mouvement – en une semaine

Objectif : Transformer tes intentions en actions concrètes en 7 étapes claires.

Le plan sur 7 jours

Jour 1 – Clarifier l'objectif prioritaire

Jour 2 – Identifier le premier petit pas

Jour 3 – Éliminer les distractions et freins majeurs

Jour 4 – Créer un rituel quotidien

Jour 5 – Activer un soutien ou un partenaire d'engagement

Jour 6 – Mesurer les premiers résultats

Jour 7 – Ancrer la continuité et l'élan

💡 Le plus dur, ce n'est pas d'avoir un plan... c'est de le commencer.

**LES DATES À BLOQUER
DANS TON AGENDA**

Les workshops de la rentrée

 Renforce ton éthique au travail

 3 & 10 septembre 2025 – 2 sessions live

→ Aligner tes décisions, ton management et ta communication avec un leadership éthique et durable.

 Développe l'innovation et la créativité de ton équipe

 17 & 24 septembre 2025 – 2 sessions live

→ Sortir du cadre, libérer le potentiel et faire émerger de vraies solutions.

Les workshops de la rentrée

 Déléguer : la compétence ultime des leaders

 1er & 8 octobre 2025 – 2 sessions live

→ Déléguer sans regret, booster l'engagement et te concentrer sur ton impact.

 Développe tes réseaux professionnels

 15 & 22 octobre 2025 – 2 sessions live

→ Activer des leviers puissants d'opportunités, de performance et de croissance.





 Manage ton Supérieur hiérarchique pour gagner en impact

 19 et 26 novembre 2025

→ Collaborer intelligemment avec ton supérieur et booste ta progression.

Pourquoi participer

Des workshops pensés pour les leaders à haut niveau

-  Progresser sur 5 compétences clés en moins de 3 mois
-  Contenu hautement stratégique et immédiatement applicable
-  Ressources exclusives et exercices pratiques après chaque session
-  Connexion avec une communauté ambitieuse de dirigeants et managers

Prends ton pass pour booster ton leadership “Chaque compétence travaillée est un levier d’énergie et d’impact pour toi et ton équipe.”

Q/A

Contactez-nous

+225 07 58 68 79 28

info@smart-metrix.com

www.smart-metrix.com