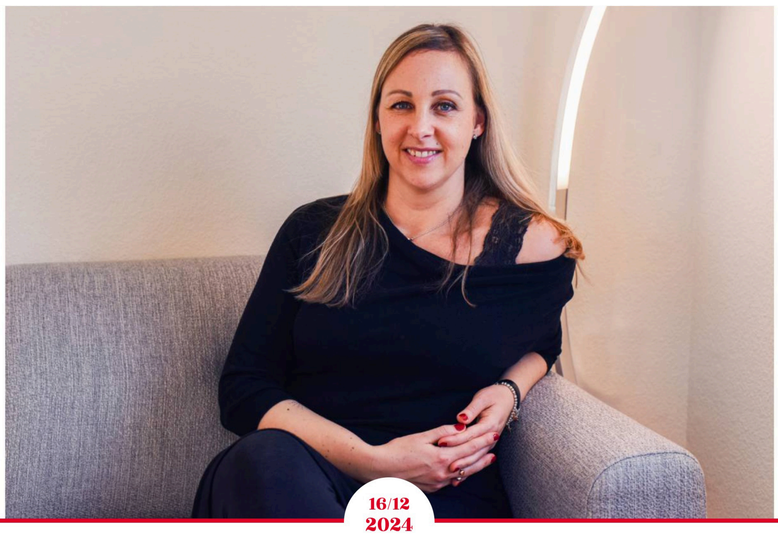
LES ADRESSES INCONTOURNABLES PARTENAIRES
Avec Médias France

Carrière & potentiel : « Un diamant révèle son éclat lorsque toutes ses facettes sont considérées », Carole Salvisberg, coach

En partenariat avec Médias France



16/12
2024

Coach en carrière et révélatrice de potentiel, Carole Salvisberg renforce l'image de soi et aligne vie professionnelle et personnelle pour atteindre vos objectifs et réaliser vos projets.

En images

De conseillère en placement de personnel à responsable des ressources humaines, Carole Salvisberg a occupé durant 15 ans différents postes dans des structures privées et publiques avant de fonder son cabinet, Boost YourSelf, à Lausanne en 2024. Titulaire d'un brevet fédéral de spécialiste RH, formée en PNL ou encore sur le « diagnostic et la prise en charge du burn-out parental », elle accompagne aujourd'hui les salariés, entrepreneurs et personnes en quête de sens ou de nouvelles opportunités. Si le coaching creuse une problématique professionnelle, il interroge « toutes les dimensions qui constituent notre personnalité », évoque Carole, dont l'approche repose sur un concept qu'elle a créé et qui s'inspire de la métaphore du diamant qui « révèle son éclat lorsque toutes ses facettes sont considérées ».

Bâtir un équilibre de vie durable

Après une pause éducative, à la sortie d'études universitaires comme après de nombreuses années au sein d'une même société, il n'est pas toujours simple de savoir dans quelle direction avancer. Surtout lorsque s'ajoute l'épuisement, la culpabilité, le stress ou encore la désillusion face aux codes d'un monde du travail toujours plus complexe.
Entièrement personnalisé, l'accompagnement de Carole Salvisberg aide justement à y voir plus clair. Au menu : identification des valeurs, élaboration de projet et de plans d'action stratégiques, développement de l'auto-observation, enquête métiers et alignement des aspirations personnelles et professionnelles. « On travaille sur le renforcement de l'image intérieure et extérieure, par des conseils concrets, on trouve une façon de se ressourcer, de diminuer le stress, de prendre soin de soi », énumère Carole. Car l'idée ici est bien de bâtir un équilibre de vie durable.

Un accompagnement alliant coaching et conseils

Alliant coaching et conseils, l'accompagnement proposé par Carole Salvisberg mène vers les déclics nécessaires pour se révéler et atteindre ses objectifs. Qu'il s'agisse de redéfinir ses priorités, de valider une idée ou de la concrétiser, il permet d'explorer des pistes et de trouver des solutions réalistes pour s'épanouir et performer sur le long terme. À l'instar d'un voyage qui se prépare, la coach qui se définit comme une « guide touristique » propose de planifier via www.boostyourself.ch un premier échange gratuit pour donner la meilleure orientation au projet. Les séances (individuelles / collectives) et les ateliers thématiques se déroulent ensuite en présentiel, à son cabinet lausannois, ou en distanciel, l'accompagnement étant ouvert à toute personne francophone travaillant en Suisse ou ailleurs.

À télécharger gratuitement dès à présent sur www.boostyourself.ch : le guide « Boostez votre équilibre vie pro/vie perso en 7 étapes ». Prochainement, des formations digitales seront également proposées pour candidater efficacement à l'heure des algorithmes et améliorer son management notamment.

INFO **& CONTACT**

Carole Salvisberg

site : **www.boostyourself.ch**

site : **www.linkedin.com/in/carole-salvisberg**

Retrouvez-nous sur les Réseaux Sociaux