



Les Coachs d'ICF Luxembourg se mobilisent pour vous !

Offre d'accompagnement bénévole et solidaire post-confinement

Depuis plusieurs semaines, nous faisons face à une pandémie innommable avec la plus grande détermination possible. Prochainement, un retour graduel à la normale s'effectuera.

Vous êtes :

un professionnel de la santé, de l'action sociale, de l'alimentation, de la distribution, de l'enseignement, indépendant ou responsable d'une entreprise de type TPE et PME

alors cette initiative vous est destinée !

Nous, les coachs certifiées et membres de la *Fédération Internationale de Coaching du Luxembourg (ICF Lux)*:

avons décidé **de vous soutenir et de vous accompagner** durant les prochaines semaines afin de vous permettre de surmonter cette étape et d'appréhender cette période post-confinement avec le plus de sérénité possible.

Quelques exemples de thématiques sur lesquelles vous aurez l'opportunité de travailler :

Sortir de l'isolement, prendre de la hauteur, lâcher prise, gérer son état émotionnel, apprivoiser son stress et son anxiété, structurer et gérer ses priorités, conserver son enthousiasme et son engagement, se remettre en mouvement...

Comment cela se passe-t-il concrètement ?

Un processus de 3 séances d'une heure chacune vous sera **offert** par un(e) coach ICF. L'organisation pratique de ces séances sera à convenir avec le/la coach qui vous sera attribué(e).

Pour bénéficier de ce parcours, il suffit simplement d'envoyer un mail à l'adresse info@coachfederation.lu. N'oubliez pas de préciser votre langue maternelle, les langues que vous pratiquez couramment ainsi qu'une ou deux phrases quant à l'objet de votre demande et un numéro

de téléphone sur lequel vous êtes joignable. Un(e) coach vous contactera personnellement pour un premier échange.

Les coachs professionnels ICF sont tous certifiés et suivent les normes éthiques et les règles de déontologie et de discrétion érigées par la Fédération Internationale de Coaching. Ils mettront leurs compétences d'écoute active et d'élargissement de la conscience ainsi que leur expérience de l'accompagnement à votre total service.

Il est important de signaler que le coaching se différencie de l'accompagnement psychologique ou de la psychothérapie par le fait qu'il ne traite pas les souffrances ni les traumatismes de quelque nature que ce soit. Au besoin, le coach vous orientera vers la cellule de soutien psychologique multilingue mise en place par le gouvernement luxembourgeois.

Notre volonté et notre ambition est de vous donner un espace de réflexion pour vous-même ainsi qu'un temps de partage pour vous permettre d'aborder sereinement vos défis et d'élaborer vos propres solutions !

L'ICF est la plus grande fédération de coaching au monde avec près de 35 000 membres répartis dans 140 pays. Sa mission est de faire rayonner le coaching auprès des coachs et des clients bénéficiaires de celui-ci ainsi que de défendre la profession par l'établissement d'un cadre strict et d'un code de déontologie rigoureux.