

À Coup Sûr
CAP Carrière & Coaching

NEUROBOOST

"Révéler le potentiel humain sans épuiser la performance."

Optimiser la performance durable grâce aux sciences cognitives, à la pédagogie active et à l'accompagnement humain.



Pourquoi le programme NEUROBOOST ?

Une double expertise rare au service de votre organisation, combinant sciences cognitives, innovation pédagogique et accompagnement humain.



Ressources Humaines

Conseil RH, marque employeur et expérience collaborateur



Coaching professionnel

Accompagnement individuel et collectif orienté résultats



Innovation pédagogique

Digital learning, blended learning, scénarisation pédagogique



Sciences cognitives

Mémorisation, attention, performance mentale durable



Développement des talents

Soft skills, leadership, posture professionnelle



Performance durable

Prévention burn-out, équilibre, engagement long terme

Nos publics & résultats attendus

Publics concernés



Écoles / Universités

Accompagnement des établissements dans la modernisation pédagogique et la réussite des apprenants.



Entreprises & DRH

Transformation RH, engagement collaborateur, prévention des risques psychosociaux.



Managers / Dirigeants / Entrepreneurs

Coaching performance durable, leadership humain, prévention du burn-out.



Jeunes talents

Programme réussite alternance, autonomie, gestion du stress et méthodologie.

Résultats attendus



Engagement

Collaborateurs et apprenants plus impliqués



Concentration

Attention soutenue et focus renforcé



Mémorisation

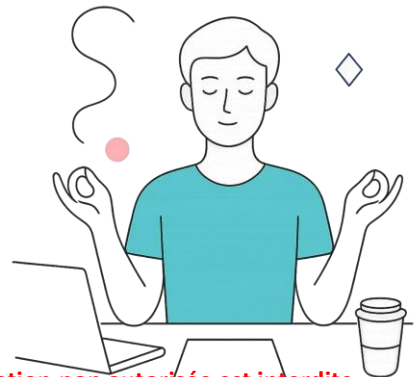
Meilleure rétention des compétences



Fidélisation

Réduction du turnover et de l'absentéisme

Besoin client	Service proposé	Actions concrètes	Bénéfice
Fatigue cognitive	Diagnostic cognitif & performance	Audit des rythmes de travail, analyse des temps de concentration, questionnaires fatigue mentale	Identifier les causes de baisse de performance
Baisse de l'attention en formation	Refonte pédagogique Neuroboost	Cycles courts, pauses cognitives, réactivation mémoire	Maintenir l'attention plus longtemps
Formations trop passives	Conception de pédagogie active	Cas pratiques, quiz interactifs, classes inversées	Augmenter l'engagement
Difficulté à mémoriser	Programme mémorisation & ancrage	Répétition espacée, quiz de réactivation, supports synthétiques	Meilleure rétention des compétences
Hyperconnexion / surcharge numérique	Ateliers gestion de l'attention	Deep work, gestion notifications, priorisation	Réduction de la dispersion mentale
Managers surchargés	Coaching performance durable	Accompagnement individuel managers/dirigeants	Prévenir burn-out et surcharge mentale
Difficulté à fidéliser les talents	Programme engagement collaborateur	Ateliers QVCT, leadership humain, motivation durable	Amélioration fidélisation
Besoin de transformation RH	Conseil RH & marque employeur	Audit RH, attractivité employeur, expérience collaborateur	Renforcer attractivité entreprise
Développement des soft skills	Coaching individuel & collectif	Leadership, posture professionnelle, communication	Montée en compétences comportementales
Accompagnement alternants	Programme réussite alternance	Organisation, méthodologie, gestion stress, autonomie	Réussite académique + professionnelle
Innovation pédagogique écoles/OF	Conseil innovation pédagogique	Digital learning, blended learning, scénarisation pédagogique	Moderniser l'offre formation
Prévention RPS / santé mentale	Programme prévention mentale	Ateliers fatigue cognitive, charge mentale, équilibre performance	Réduction absentéisme



Accompagnement des Managers & Dirigeants

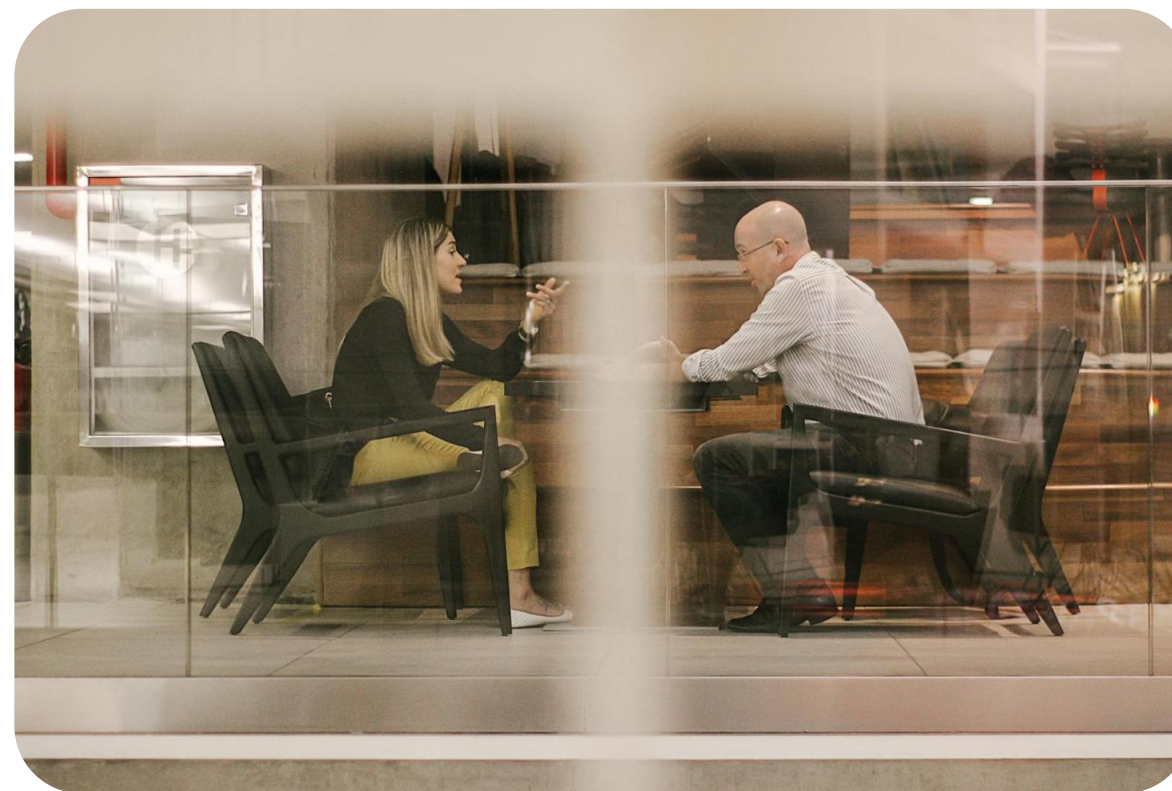
Problématique

Les managers surchargés font face à un risque croissant de burn-out et de surcharge mentale, impactant leur efficacité et celle de leurs équipes.

Notre solution : Coaching performance durable

- Accompagnement individuel managers et dirigeants
- Identification des signaux faibles de surcharge
- Stratégies de régulation cognitive
- Plan d'action personnalisé

✔ Prévenir le burn-out et la surcharge mentale pour une performance durable.



Fatigue cognitive & Performance

Besoin client

Fatigue cognitive entraînant une baisse de performance

Perte de l'engagement

La charge mentale liée à la surconnectivité et aux changements permanents ne permettent plus de maintenir son niveau de motivation

Diagnostic cognitif & performance

- Audit des rythmes de travail
- Analyse du niveau d'engagement
- Questionnaires fatigue mentale
- Questionnaire Intelligence émotionnelle

Programme Neuroboost

- ✓ Parcours de formation en cycles courts
- ✓ Pausés cognitives intégrées
- ✓ Réactivation de sa mémoire régulière
- ✓ Coaching carrière et conseil bien-être au travail
- ✓ Régulation émotionnelle



Bénéfices : Identifier les causes de baisse de performance, réalignement avec son capital émotionnel.

Fidélisation des Talents & Transformation RH

Difficulté à fidéliser les talents

Programme engagement collaborateur

- Ateliers QVCT
- Leadership humain
- Motivation durable

→ Amélioration de la fidélisation

Besoin de transformation RH

Conseil RH & marque employeur

- Audit RH complet
- Attractivité employeur
- Expérience collaborateur

→ Renforcer l'attractivité de l'entreprise

Développement des soft skills

Coaching individuel & collectif

- Leadership
- Posture professionnelle
- Communication

→ Montée en compétences comportementales

Prévention RPS & Santé Mentale

La prévention des risques psychosociaux est au cœur de notre démarche NEUROBOOST.



Ateliers fatigue cognitive

Identification et gestion de la fatigue mentale pour préserver la santé des collaborateurs sur le long terme.



Absentéisme

Réduction significative grâce à la prévention proactive des RPS



Charge mentale

Outils concrets pour réguler la charge mentale et retrouver un équilibre entre performance et bien-être.



QVT

Amélioration de la qualité de vie au travail mesurable



Équilibre performance

Programmes sur mesure pour maintenir un haut niveau de performance sans sacrifier la qualité de vie au travail.



Engagement

Collaborateurs plus engagés et motivés durablement

Résultats attendus & Notre promesse

Engagement

Des collaborateurs et apprenants pleinement impliqués

Concentration

Une attention soutenue et une meilleure productivité

Mémorisation

Des apprentissages ancrés durablement

Fidélisation

Des talents qui restent et s'épanouissent

QVT

Une qualité de vie au travail améliorée et mesurable

✦ **Accompagnement bienveillant**

Une relation humaine au cœur de chaque mission.

✦ **Résultats mesurables**

Des indicateurs clairs pour suivre les progrès.

✦ **Solutions concrètes**

Des actions directement applicables sur le terrain.

✦ **Approche humaine orientée performance**

L'humain au service de l'efficacité durable.



"Révéler le potentiel humain sans épuiser la performance."