

Coaching & co, créé en 2014 par Jennifer TROUCHAUD, est un cabinet d'accompagnement à :

- ✓ le développement des potentiels individuels et collectifs
- ✓ l'amélioration de l'intelligence émotionnelle et relationnelle
- ✓ la création et le développement d'une activité entrepreneuriale
- ✓ le désir de changement (outplacement, reconversion professionnelle, transitions de vie...)



Dans ce cadre, nous intervenons en :

- ✓ **COACHING** : individuel et collectif, pour les entreprises, dirigeants, managers et particuliers
- ✓ **CODEVELOPPEMENT** : animation de groupes de codéveloppement et groupes d'échange de pratique et formation à l'animation des groupes
- ✓ **FACILITATION** : accompagnement des équipes dans leur réflexion stratégique et décisionnelle
- ✓ **FORMATION** : communication interpersonnelle, management et leadership, codéveloppement
- ✓ **DÉVELOPPEMENT PERSONNEL ET PROFESSIONNEL** : ateliers et formations pour particuliers, entreprises et établissements d'enseignement supérieur

Notre cœur de métier : Accompagner la montée en puissance des individus et des équipes

❖ **Communication interpersonnelle : la clé de la réussite**

En **coaching individuel** ou en **coaching collectif**, les « [Plus Coaching & co](#) », outils d'évaluation et d'amélioration de l'intelligence émotionnelle et relationnelle, **favorisent la connaissance et la gestion de soi et des autres, génèrent cohésion, aisance et performance.** Mieux se connaître, mieux se comprendre et mieux communiquer pour mieux travailler ensemble.

❖ **Management, leadership et entrepreneuriat/intrapreneuriat : Grandir ensemble**

Le **coaching individuel** associé au développement de sa pratique par **l'apprentissage entre pairs ([Codéveloppement professionnel](#))** est une formule atypique et particulièrement efficace qui permet de :

- ⇒ **Travailler individuellement** sur ses compétences et ses freins pour gagner en confiance et en puissance
- ⇒ **S'appuyer sur un groupe de pairs** pour « Grandir ensemble » et partager bonnes pratiques et retours d'expériences

Un combo qui a fait ses preuves et favorise la montée en puissance et en compétences dans votre posture d'encadrant.

Ils nous font confiance :

Et bien d'autres...

Jennifer TROUCHAUD, dirigeante et :

- **Coach** professionnelle diplômée
- **Facilitatrice et formatrice en codéveloppement professionnel**
- **Facilitatrice** en intelligence collective
- **Formatrice** en communication interpersonnelle



Visitez son profil LinkedIn : [cliquez ici](#)

Présentation personnelle :

Passionnée depuis toujours par la communication et son pouvoir sur les individus et les groupes, j'ai démarré ma carrière dans le marketing produit et la communication.

En 2012, j'ai choisi de placer la **communication entre les Hommes** au cœur de mon activité professionnelle et me suis formée au coaching professionnel.

Aujourd'hui, je suis **coach professionnelle**, facilitatrice et formatrice spécialisée dans la communication interpersonnelle et le « Grandir ensemble » et dirige le cabinet **Coaching & co**, basé à **Toulouse depuis 2014**.








J'accompagne les **individus et les équipes** vers un état relationnel à soi et aux autres propice au **développement des potentiels et au déploiement de l'intelligence collective** au sein des équipes.

Mes thèmes de prédilections : connaissance de soi et des autres, gestion du stress (relationnel), amélioration des relations interpersonnelles, **développement des compétences et des performances, individuelles et collectives**.

Formée et certifiée à plusieurs approches et outils, mes accompagnements **sur mesure** s'adaptent à chaque profil, besoin, équipe et environnement.

Certifiée QUALIOPi et supervisée dans ma pratique, mes prestations se font dans le respect du cadre **éthique et déontologique** du coaching professionnel et de la charte qualité du label Qualiopi.

Mes diplômes, formations et certifications :

- ✓ 1996 : ESC Tours, spécialisation Marketing/Vente
- ✓ 2012-2013 : DESU « *Pratiques du coaching* » de l'Université Paris VIII 
- ✓ 2013-2014 : Codéveloppement professionnel 
- ✓ 2015-2016 : Ennéagramme® niveau 1&2
- ✓ 2017 : Facilitation en intelligence collective  formapart
l'art de la facilitation
- ✓ 2018 : L'Élément Humain® - Individuel et Équipe
- ✓ 2018 : Technicien PNL (Programmation Neurolinguistique)
- ✓ 2019 : Certification Coach PCM® - Individuel et Équipes  KAHLER
COMMUNICATION
FRANCE
- ✓ 2020 : Certification Diagnostic EQ-I 2.0, Leadership et 360°  Centre de
l'Intelligence
Emotionnelle
- ✓ 2021-2022 : Approche systémique et stratégique de Palo Alto  IGB
- ✓ 2022 : Certification Formatrice PCM®  KAHLER
COMMUNICATION
FRANCE



Mes valeurs :

- l'écoute, la bienveillance et le non-jugement
- le professionnalisme et l'amour du travail bien fait
- la coopération, l'entraide et le partage
- la transparence et l'ouverture

Mes engagements bénévoles :

- Présidente de l'Association **CoachPro Occitanie** qui œuvre pour la promotion du coaching professionnel et accompagne les coaches dans leur professionnalisation
- Coach solidaire référente de l'**Association 60 000 Rebonds Toulouse**, qui accompagne les entrepreneurs ayant fait faillite à se reconstruire et rebondir professionnellement

Coaching & Co - 8 Rue Antoine Deville, 31000 Toulouse - N° SIREN : 799 482 369 / Code APE : 7022Z

Contact : Jennifer TROUCHAUD : 05.82.75.68.18 – 06.68.34.04.19

N° de Déclaration d'Organisme de formation : 76311025531 - N° TVA Intracommunautaire : FR 93799482369

Dispensé d'immatriculation au registre du commerce et des sociétés (RCS) et au répertoire des métiers (RM)



www.coachingandco.fr

« Ouvrez votre champ des possibles. »

Coaching professionnel
Codéveloppement
Facilitation
Formation

- Membre de l'équipe organisatrice et intervenante pour « **La Fabrique du Changement Toulouse** », éditions 2017 et 2018