# MARIE LE GAL

## *Communication authentique*

IDENTITÉ - WEB - PHOTO

**Après plus de 10 ans d'expérience en communication graphique et digitale, j'ai choisi d'accompagner les entrepreneur·e·s, structures et projets porteurs de sens à développer leur visibilité et leur impact grâce à une communication authentique, qui reflète leurs valeurs et connecte avec leur public.**

Ce qui m'anime : mettre en lumière les projets des femmes et des hommes passionnés qui chacun à leur manière, contribuent à rendre le monde plus beau, plus humain, plus durable.

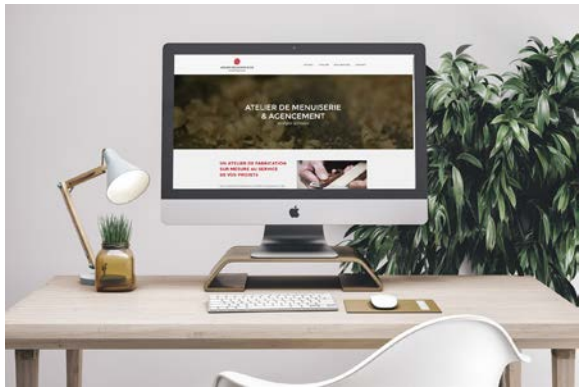
Diplômée en communication globale, graphisme et webdesign, mon approche associe réflexion stratégique, créativité et technique. J'utilise ma sensibilité, mon empathie et mon enthousiasme dans toutes les étapes de co-création des projets que j'accompagne.

De nature curieuse et multiple, mon travail et mon approche s'enrichissent chaque jour de mes inspirations, rencontres, lectures et formations.

# MES SERVICES

*pour vous accompagner*

*Je vous accompagne de A à Z pour créer des supports de communication authentiques et impactants, pensés en parfaite cohérence avec votre identité et vos objectifs !*




## SITE INTERNET

Création de **sites internet esthétiques, attractifs et stratégiques** pour faire connaitre vos activités, services ou produits.

## IDENTITÉ VISUELLE

Création **d'identités visuelles** et de **supports de communication print & web** pour mettre en valeur et partager vos messages.

## PHOTO & VIDÉO

**Photos portrait** & **reportages métier**
**Vidéos de présentation** & **interviews**
pour traduire en images qui vous êtes et ce que vous faites avec passion.

ILS / ELLES M'ONT FAIT

*confiance*

**KOMOREBI**

MARION DUSOULIER

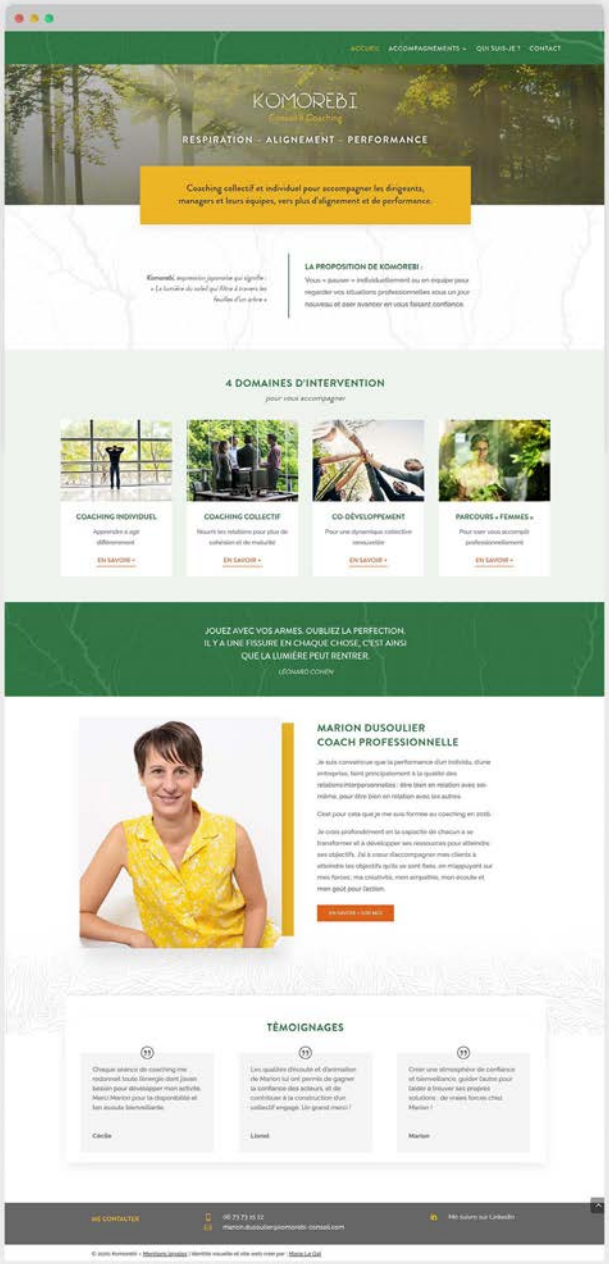
Conseil & Coaching

---

**Site Internet**

**Identité visuelle**
**& Cartes de visite**

www.komorebi-conseil.com



## CO NAISSANCES

Coaching professionnel
& accompagnement

**Web / Photo / Vidéo / Communication digitale**

- Refonte du site internet
- Photos (reportages, portraits)
- Réalisation de vidéos de présentation & interviews
- Création de visuels pour les réseaux sociaux
- Stratégie de communication digitale & gestion des réseaux sociaux

www.co-naissances.com

# CLOTILDE GIRARD

Psychopraticienne
Gestalt & Coach

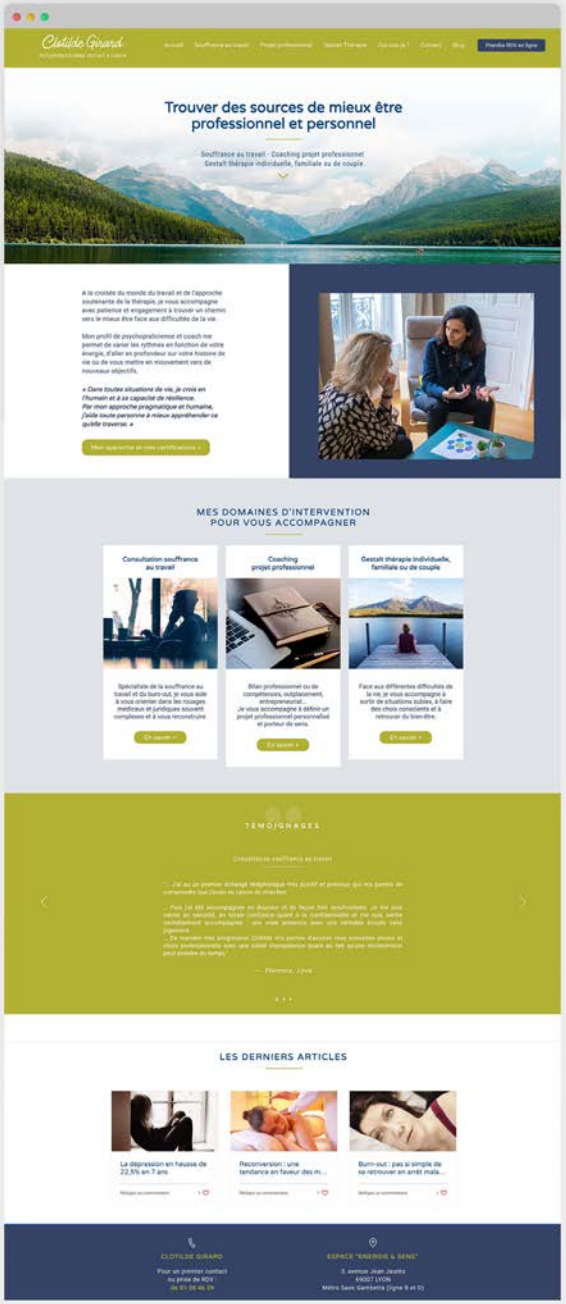
**Identité visuelle**

**Supports Print**
**(carte de visite & dépliant)**

**Site internet**

**Portrait &**
**reportage Photo**

www.clotilde-girard-lyon.fr



# COAISANCE

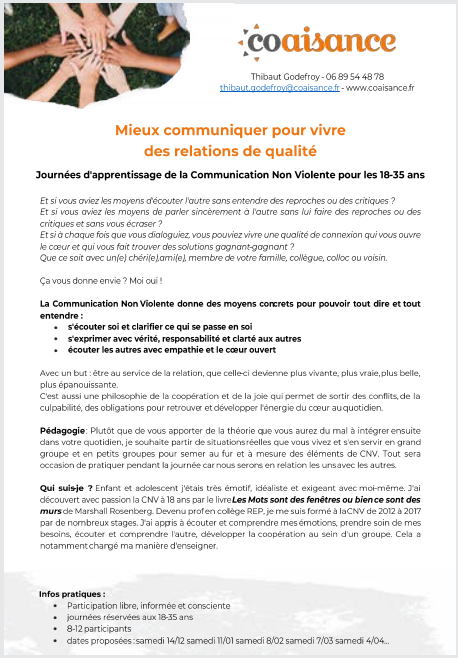
Ateliers pour favoriser la connaissance et l'estime de soi des jeunes.

**Site internet**

**Identité visuelle**

**Reportage Photo**

www.coaisance.fr



coaisance

Thibaut Godefroy - 06 89 54 48 78
thibaut.godefroy@coaisance.fr - www.coaisance.fr

## Mieux communiquer pour vivre des relations de qualité

**Journées d'apprentissage de la Communication Non Violente pour les 18-35 ans**

*Et si vous aviez les moyens d'écouter l'autre sans entendre des reproches ou des critiques ?*
*Et si vous aviez les moyens de parler sincèrement à l'autre sans lui faire des reproches ou des critiques et sans vous écraser ?*
*Et si à chaque fois que vous dialoguiez, vous pouviez vivre une qualité de connexion qui vous ouvre le cœur et qui vous fait trouver des solutions gagnant-gagnant ?*
*Que ce soit avec un(e) chéri(e),ami(e), membre de votre famille, collègue, collocataire ou voisin.*

Ça vous donne envie ? Moi oui !

**La Communication Non Violente donne des moyens concrets pour pouvoir tout dire et tout entendre :**

- **s'écouter soi et clarifier ce qui se passe en soi**
- **s'exprimer avec vérité, responsabilité et clarté aux autres**
- **écouter les autres avec empathie et le cœur ouvert**

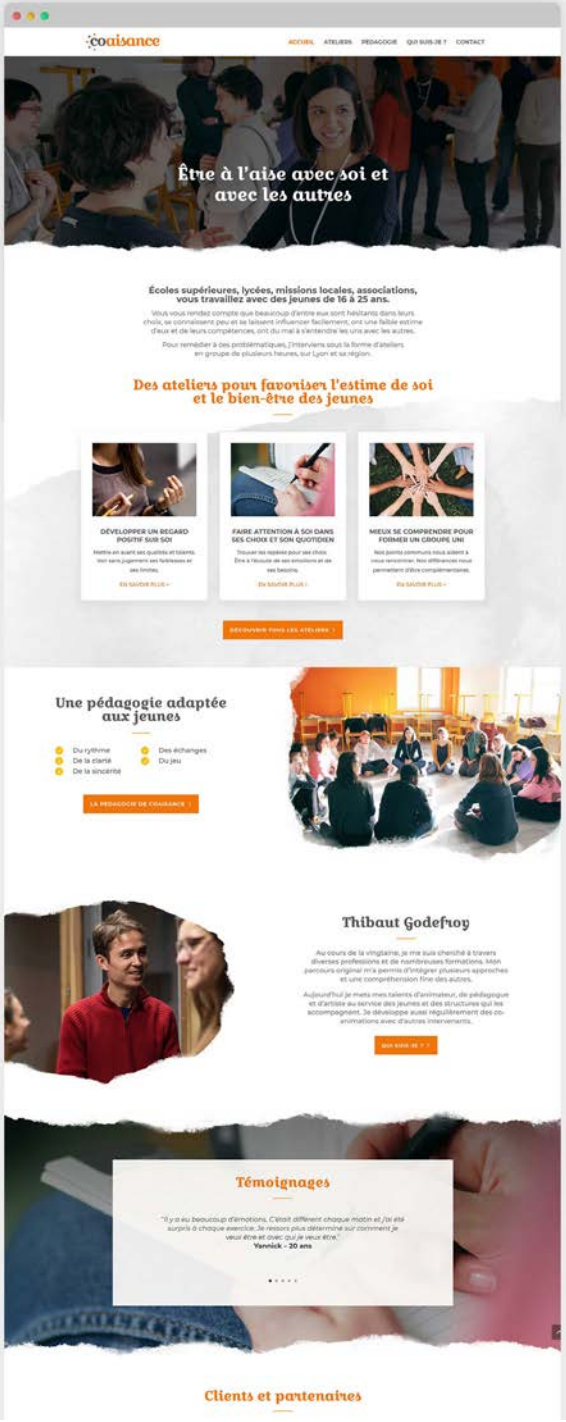
Avec un but : être au service de la relation, que celle-ci devienne plus vivante, plus vraie,plus belle, plus épanouissante.
C'est aussi une philosophie de la coopération et de la joie qui permet de sortir des conflits, de la culpabilité, des obligations pour retrouver et développer l'énergie du cœur au quotidien.

**Pédagogie** : Plutôt que de vous apporter de la théorie que vous aurez du mal à intégrer ensuite dans votre quotidien, je souhaite partir de situations réelles que vous vivez et s'en servir en grand groupe et en petits groupes pour semer au fur et à mesure des éléments de CNV. Tout sera occasion de pratiquer pendant la journée car nous serons en relation les uns avec les autres.

**Qui suis-je ?** Enfant et adolescent j'étais très émotif, idéaliste et exigeant avec moi-même. J'ai découvert avec passion la CNV à 18 ans par le livre ***Les Mots sont des fenêtres ou bien ce sont des murs*** de Marshall Rosenberg. Devenu prof en collège REP, je me suis formé à la CNV de 2012 à 2017 par de nombreux stages. J'ai appris à écouter et comprendre mes émotions, prendre soin de mes besoins, écouter et comprendre l'autre, développer la coopération au sein d'un groupe. Cela a notamment changé ma manière d'enseigner.

**Infos pratiques :**

- Participation libre, informée et consciente
- journées réservées aux 18-35 ans
- 8-12 participants
- dates proposées : samedi 14/12 samedi 11/01 samedi 8/02 samedi 7/03 samedi 4/04...



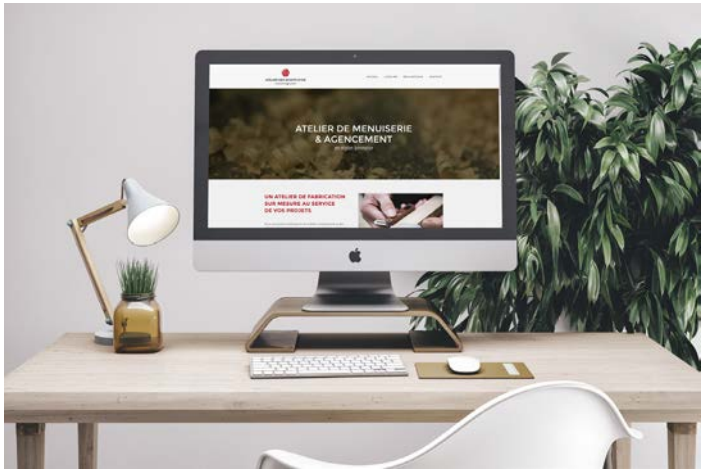
# ATELIER DES MONTS D'OR

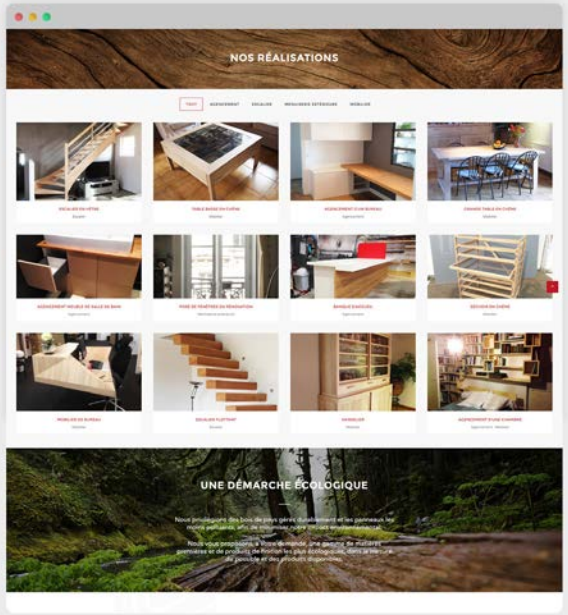
Menuiserie & agencement

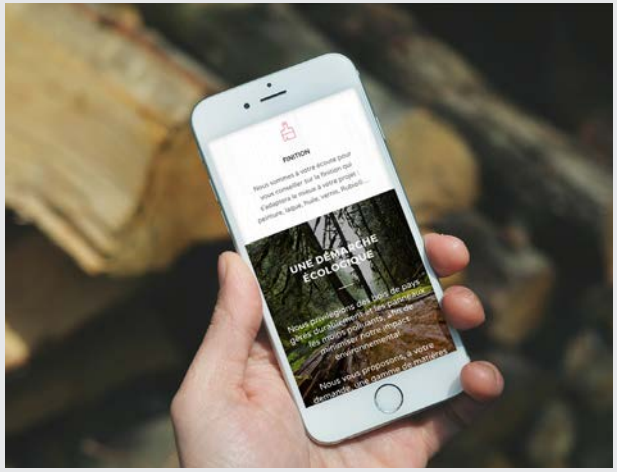
**Site internet**

**Identité visuelle**

www.atelierdesmontsdor.fr





# VOUS AVEZ UN PROJET ?

*Ecrivez-moi et discutons-en !*

contact@marielegal.fr