

**Dirigeant ou entrepreneur, vous souhaitez**

Rompre votre solitude

Prendre du temps pour vous

Enrichir vos projets et développer de nouvelles idées

**OFFREZ-VOUS UNE RESPIRATION,  
REJOIGNEZ UN GROUPE**

**Co[h]être**

**Un accompagnement pour soi,  
nourri d'intelligence collective**

## DEUX FORMULES

### Les ateliers Co[h]être

- La légèreté d'un format court (1h30)
  - La liberté de l'inscription à la séance, à votre rythme
  - La rencontre de nouvelles personnes à chaque atelier
  - Du codéveloppement professionnel pour l'entraide et l'apprentissage
- 100% à distance pour plus de souplesse

Inscriptions :  
<https://hesterere.co/co-h-etre>

### Le parcours Co[h]être

- La puissance d'une demi-journée
- La sécurité d'un rythme mensuel
- Le soutien d'un groupe stable sur l'année (6 à 8 personnes)
- L'impact du collectif régulier (*formation et codéveloppement*)
- La complémentarité d'un accompagnement personnel (5 séances)

Certaines rencontres en présentiel si la composition du groupe le permet

Des espaces collectifs  
d'expérience, d'entraide et  
d'apprentissage

Contact : 06 79 03 54 97  
[stephane@hesterere.co](mailto:stephane@hesterere.co)



**Stéphane Terreaux**  
facilitateur d'intelligence collective  
animateur de codéveloppement depuis 2009  
Nancy - Metz

