
SONIA GRIMM

CONFÉRENCIÈRE

Les violences invisibles en entreprise

***Ce que le silence coûte vraiment à
Votre entreprise***

*Ce qui est tu en entreprise
coûte plus cher que ce qui est dit*

Conférences • Leadership conscient • FR / EN



Pas de cris. Pas de coups.

Juste du silence.

Et un coût invisible.

Cette conférence nomme ce que tout le monde ressent
et personne n'ose dire.

Les violences invisibles en entreprise

Ce qui s'éteint quand on se tait - et ce qui renaît quand on ose agir.

- 01 **Identifier** les mécanismes invisibles qui freinent la coopération
- 02 **Comprendre** la dynamique de la résilience et de la responsabilité
- 03 **Développer** une conscience de soi plus fine au service du collectif



Formats : 20 min à 1h15 • Atelier demi-journée • Journée complète

Langue : FR / EN • Suisse, France, International

Par le MOI[©]

3 gestes pour passer de la réaction automatique au choix conscient

Observer

ce qui se passe en soi

Reconnaître

ces signaux comme des informations

Choisir

une réponse juste

MOI : Mémoire (influence nos réactions) • **Organisation émotionnelle** (éclaire la perception) • **Intention** (permet un choix conscient)

Structuré. Pragmatique. Applicable immédiatement.



À PROPOS

Artiste, auteure, conférencière

PhD en Arts créatifs et Leadership

Pendant vingt ans, j'ai créé et dirigé des productions scéniques d'envergure : 34 spectacles, 11 albums, des salles comme l'Arena de Genève ou l'Auditorium Stravinski, et jusqu'à 200 bénévoles par événement.

Sur scène, je rayonnais.

En coulisses, je traversais quinze années de violences invisibles.

Ce parcours m'a conduite à développer le modèle Par le MOI©, une méthodologie structurée pour transformer les dynamiques relationnelles et restaurer la capacité de choix face aux situations de tension.

Fondatrice Association Parle-moi

Auteure Insoumise (Éd. Favre) et Par le MOI (FR/EN)

Formée neurosciences appliquées, gestion du harcèlement, mindfulness, KYF

CE QU'ILS DISENT D'ELLE



Tout le monde devrait lire ce livre. Le danger qu'il décrit nous concerne tous.

Amélie Nothomb, écrivaine



La puissance de ce témoignage et l'originalité de l'approche m'ont profondément touchée.

Christel Petitcollin, psychothérapeute et auteure

*Élue
« Personnalité préférée de La Côte »
2018*

Ce qui n'est pas conscientisé se répète. Ce qui est reconnu peut se transformer.

INTERVENTIONS EN ENTREPRISE

+ de 50

interventions en entreprise



RICHEMONT



Firmenich



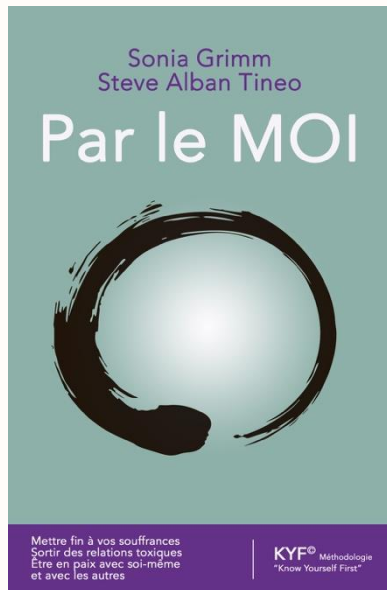
GENÈVE
AÉROPORT



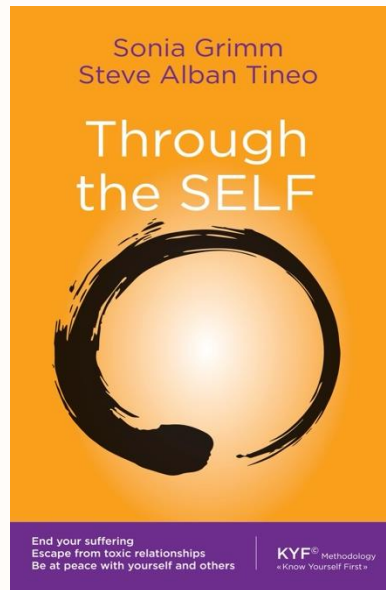
Suisse • France • International



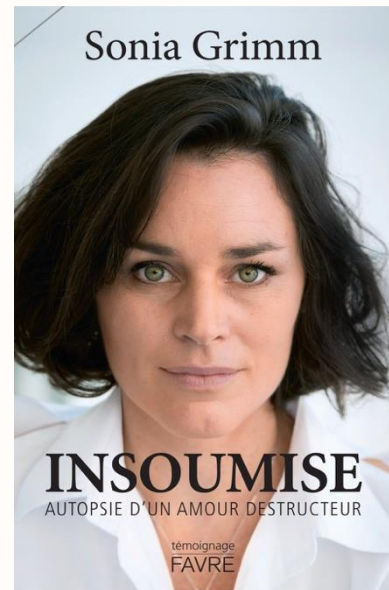
SES LIVRES



Par le MOI (FR)



Through the SELF (EN)



Insoumise (Éd. Favre)

Insoumise — reconnu d'utilité publique par le tribunal du Canton de Genève

Parlons-en

Un échange de 15 minutes suffit pour
définir le format idéal pour vos équipes.

Sonia Grimm

production@sonia-grimm.com

www.sonia-grimm.com

+41 79 830 48 71



Sonia intègre ses chansons à ses conférences pour créer des espaces de respiration et renforcer l'impact émotionnel.