

LES ADRESSES INCONTOURNABLES PARTENAIRES
Avec Médias France

Accueil > [Les adresses art de vivre](#) > Une ESCALE en Vous, pour un voyage vers votre authenticité et votre épanouissement
Les adresses beauté et bien-être

Une ESCALE en Vous, pour un voyage vers votre authenticité et votre épanouissement

En partenariat avec Médias France



Inspirée par ses voyages et ses rencontres, Noémie de Lattre est une coach professionnelle internationale qui vous permet d'atteindre vos objectifs tout en retrouvant votre enthousiasme et votre joie au quotidien. Pour cela, elle vous propose aussi bien des coachings individuels que des séminaires de groupes.

En images



Une sensibilité interculturelle au service de l'expression de votre singularité

Noémie de Lattre s'est inspirée de ses voyages, de son goût de la vie et d'un coaching personnel afin de créer Une ESCALE en Vous, sa propre société de coaching. Ses expériences, ses rencontres et ses découvertes ont nourri son ouverture d'esprit, son optimisme et sa bienveillance. « Aujourd'hui, nous menons des vies à un rythme hyperactif et cette escale coaching permet une prise de recul pour voir où l'on en est et où l'on veut aller. Un long voyage nécessite toujours des escales. Le coaching, c'est comme une escale de voyage à la rencontre de soi », déclare-t-elle. Quel que soit le lieu où elle se trouve sur la planète, grâce à la visioconférence, elle accompagne dans quatre langues (français, anglais, espagnol et portugais) des entreprises et des particuliers installés en France et aux quatre coins du monde.

La nature et le mouvement, sources de transformations profondes

Adepte de nature et d'écologie, elle organise dès qu'elle le peut des séances en extérieur dans des lieux inspirants. Noémie de Lattre apprécie également ajouter du mouvement dans ses accompagnements, au travers de la marche à pied et de la danse libre. Avec sa personnalité joyeuse, chaleureuse et créative, Noémie de Lattre accompagne chacun, grâce au coaching individuel, dans la reprise en main de ses choix de vie, en ouvrant les horizons et le champ des possibles.

"Le voyage, c'est d'aller de soi à soi en passant par les autres"

Une ESCALE en Vous propose également sur plusieurs jours des séminaires de transformation de soi grâce aux autres, dans des lieux baignés de nature. Du coaching, des sessions de co-développement, de jeu du TAO, des temps d'échanges ainsi que des temps d'activité physique rythment ces séminaires. "Ce sont des espaces où l'on peut être soi-même et où l'intelligence collective vient servir le développement de chacun, la confiance en soi, et nourrit le sentiment d'être soutenu dans son propre cheminement", explique-t-elle. Noémie de Lattre crée également ses propres outils : ses cartes "brise-glace" permettent aux participants, dès le début du séminaire, de se rencontrer grâce à des échanges authentiques, qui créent ainsi une ambiance de groupe bienveillante et chaleureuse. Elle a développé par ailleurs des cartes de coaching qu'elle utilise lors de ses coachings et de ses ateliers pour apporter une touche ludique et conviviale.

Pour aller plus loin dans cet accompagnement collectif, la coach envisage désormais de proposer des séjours "Coaching & Randonnée" dans les déserts des Lençóis Maranhenses au Brésil et de Douz en Tunisie, des lieux propices à la transformation intérieure.

Elle met également ses expertises, ses valeurs et sa vision à disposition des entreprises qui souhaitent développer des liens authentiques et chaleureux pour consolider la cohésion de leurs équipes.

<https://uneescaleenvous.com/>

INFO & CONTACT

Une ESCALE en Vous

☎ **+33 6 98 04 49 35**

✉ delattre.noemie@gmail.com

🌐 site : www.linkedin.com/in/noemiedelattre/?locale=fr_FR

Retrouvez-nous sur les Réseaux Sociaux



Découvrez les autres adresses

Se reprendre en main : comment choisir la bonne personne ?

En partenariat avec Médias France



Gaëlle Wasier : un accompagnement pour voir les challenges ou les transitions comme des opportunités d'évolution



Avec Elisabeth Ferret-Bennici, les adultes ainsi que les jeunes prennent en main leur projet professionnel



Alexia Saulais, le cercle vertueux du bien-être



Lystal Consulting : l'intelligence managériale au service des entreprises