



**PASSER LE CAP**

**GRACE A VOTRE  
CERVEAU**

**CLAIRE STRIDE**  
MNC METHOD

Quand les neurosciences riment avec  
alignement & épanouissement

# NEUROSCIENCES & INTUITION

**Mettre mon excellence au service de la vôtre**

Guider, accompagner,  
permettre de prendre du recul,  
de voir ce qui semble flou,  
impensable voire  
impossible..voici ce que je fais  
au quotidien auprès de mes  
clients.

Dirigeants de TPE, PME,  
managers, responsables de  
projet, indépendants, je suis à  
vos côtés pour passer un cap,  
pour dépasser ce qui vous  
empêche d'avancer ou fige un  
de vos collaborateurs.

Comment ?

Grâce à mon terrain de jeux  
favori : la neuroscience et en  
faisant confiance à mon  
intuition, aiguisée depuis plus  
de 15 années de pratique  
professionnelle.

Tout est en lien avec l'humain,  
avec qui vous êtes vraiment. Je  
vous permets de comprendre  
vos codes, ce qui bloque et  
comment le surmonter.

**Les médias parlent de mon travail**



# QUI ? QUOI ? QUAND ? COMMENT ?

## Soulager votre quotidien avec efficience

### Cet accompagnement s'adresse :

Aux entrepreneurs  
 Aux dirigeants  
 Aux managers  
 Aux porteurs de projet  
 Aux personnes en reconversion professionnelle  
 Aux personnes sous pression

### A quoi sert-il ?

A comprendre les sources de votre stress et à changer vos réactions  
 A développer votre intelligence adaptative  
 A développer votre motivation de façon durable  
 A sortir de vos schémas toxiques  
 A améliorer votre estime de vous-même

### Quand faire cet accompagnement ?

Quand vous vous lancer dans un nouveau projet  
 Quand vous avez l'impression de stagner et d'avoir tout essayé  
 Quand vous avez besoin d'aller puiser dans vos ressources et sortir de la pression que vous vivez  
 Préparation d'un entretien ou d'une échéance particulière

### Comment se déroule

#### L'accompagnement à distance ?

1er rdv pour poser la situation  
 Passage du test en ligne  
 2 Rdv de débrief du test avec définition des objectifs et des indicateurs de réussite  
 jusqu'à 15 rdvs répartis entre 3 et 6 mois pour atteindre les objectifs, les ajuster, être là pour chaque pas jusqu'au passage du cap

# PACK MNC METHOD

un test en ligne + des entretiens à distance  
= jusqu'à 15 heures juste pour vous



L'approche neurocognitive et comportementale ou ANC est l'usage des neurosciences au service de l'épanouissement personnel.

Cette méthode permet de prendre conscience de nos ressources naturelles, ce qui nous correspond naturellement et nous permet de soulever des montagnes et de changer le monde.

Elle met également en évidence ce que nous faisons pour le résultat, par besoin de reconnaissance, la pression que nous nous mettons, ce qui nous coûte de l'énergie et ce qui nous fait plus ou réagir intensément.

Le **test profil'INC** permet d'identifier vos leviers de **motivation**, d'**assertivité** et d'**adaptabilité**. Il met également l'accent sur vos freins et vos sources de stress.

La méthode MNC - qui signifie My Neuro Consciousness - est le fruit de mes formations et expériences pendant plus de 15 ans avec des outils comme la programmation neuro-linguistique (PNL), l'analyse transactionnelle, la communication non violente (CNV), Les Techniques d'Optimisation du Potentiel, la pleine conscience et l'approche neurocognitive et comportementale.

# QUE SAVOIR DE MOI ?



Quand on me demande ce que je fais dans la vie, je réponds : "**Je ne fais pas, je suis.**" Et j'apprends chaque jour davantage ce que cela signifie.

Consultante en intelligence relationnelle, émotionnelle et adaptative, j'ai également une expertise auprès des profils de la **diversité cognitive** (troubles dys, douance, hypersensibilité, TDAH, spectre de l'autisme).

Je vis pleinement **ma multipotentialité**, dansant, jonglant entre les casquettes et les missions car c'est véritablement **ce qui fait sens** pour moi.

Je suis également guidée par la **confiance** que j'ai en moi et ma capacité à **ressentir** les choses, les lieux, les gens, les situations.

Conférencière internationale et auteure, j'ai à coeur de faire bouger les lignes !

Mes livres comme **Pleinement Moi, hypersensible, différent et c'est cool !**, **#Renaissance, Ingérable ou atypiques ?** donnent des clés pour comprendre la neuro-atypicité.

Si vous osez plonger dans vos recoins les plus sombres de vos neurones, le one-woman-show **C'est décidé je deviens moins con !** bousculera vos croyances et remplira son office !

Décrypter le fonctionnement du cerveau, son câblage, les émotions, est une **passion** qui alimente mon talent de **pédagogue** et qui rend tout digeste et accessible à chacune et chacun.

Lorsque j'ai ressenti **ma mission de vie** se manifester très très fort au fond de moi, j'ai passé LE cap qui me manquait et tout est devenu évident, tant ce que j'avais vécu jusqu'à présent que ce vers quoi je me dirigeais.

Dans mon essence personnelle, il y a aussi l'**engagement**, ce qui change le monde et fait du bien à l'humanité et à la planète.

Entrepreneure, je suis investie auprès du **Centre des Jeunes Dirigeants** notamment pour les projets portant sur la jeunesse et l'entrepreneuriat.

Je suis également membre du **MEDEF 31**.

Je fais également partie du think tank **#leplusimportant** et suis à la tête de **L'Action Lab**.

J'organise régulièrement des événements pour décrypter les diversités cognitives et rendre accessible les neurosciences.

Je suis également co-fondatrice de **UskillZ**, de la **Soham Factory** et des **Rayonnantes**.



# PAROLES D'ACCOMPAGNÉ.E.S

## Patrick, 42 ans, entrepreneur

J'étais en pleine préparation de mon projet professionnel et je commençais à tourner en rond. J'avais le sentiment de perdre un temps précieux. Mais je n'arrivai pas à identifier la difficulté. J'ai alors sollicité Claire car j'ai senti qu'elle pourrait m'apporter quelque chose. Je ne savais pas exactement quoi. J'ai donc sauté le pas. Le résultat a été au-delà de mes attentes. Lors de nos échanges, j'ai pu me rendre compte de sa qualité d'écoute. J'ai l'impression de discuter avec un vieil ami. Elle réussit à me faire exprimer clairement mes points bloquants. Elle les détecte très vite et me met sur la voie par ses questions. J'ai presque l'impression de les découvrir tout seul par le simple fait d'en parler. Une fois les points bloquants identifiés, les plans d'actions apparaissent presque naturellement. Elle me renvoie comme un miroir mes idées afin que je m'assure qu'il s'agit bien de la bonne solution à mettre en œuvre. J'apprécie particulièrement la capacité de Claire à faire des liens dans tous les domaines. Ce n'est pas toujours évident à suivre, mais c'est un exercice très stimulant. Elle ouvre le champ des possibles. J'adore ! Tout le travail se réalise en toute bienveillance, sans jugement. Je suis également convaincu de son efficacité. Nous ne sommes pas là pour perdre du temps. Il faut que les choses avancent. Il convient donc d'être en capacité de les entendre et de mettre en œuvre les solutions rapidement. Bref, vous voulez gagner du temps dans vos projets, faites appel à Claire.

## Marie-Noëlle, 46 ans, en transition professionnelle

Nous avançons dans la vie avec pour bagages des croyances que nos parents, nos enseignants et autres nous ont transmis et nous ne les remettons pas en question car elles sont là, en nous, ancrées depuis tant d'années... Grâce au travail que j'ai réalisé auprès de Claire Stride, au travers de ses questionnements j'ai pris conscience des pensées limitantes que je me suis moi-même imposées toutes ces années, qui sont un frein à mon épanouissement et un obstacle à la réalisation de mes rêves. Grâce à Claire j'ai pris conscience que j'étais moi-même le moteur de MA vie et que l'amour en est le carburant. Claire a le souhait et la faculté de vous donner vos « propres outils » pour s'accomplir et être heureux... c'est une sacrée expérience que je souhaite à tous.

## Camille, 29 ans, manager

Je travaille avec Claire pour supporter tous ceux qui rament à l'envers, que je ne comprends pas et qui ne me comprennent pas, pour ajuster ma posture de manager et surtout pour mieux vivre mes émotions, prendre du recul. Elle est d'excellents conseils et me permet de progresser de façon significative, avec douceur. C'est réconfortant de se sentir soutenue, considérée et "normale" si je puis dire.



## INFOS & TARIF

---

**3 à 15 rdvs à distance + passage du test en ligne soit à jusqu'à 15 heures d'accompagnement**

**1 test haut de gamme basé sur les neurosciences le Profil'INC de l'Institut du neurocognitisme**

**Les rendez-vous sont fixés à l'avance grâce à un agenda en ligne et se déroulent avec un lien Zoom communiqué peu avant le rdv. Ils durent 1h. Le débrief du test se fait sur 2 rdvs.**

**Prévoir 30 à 45 minutes de passage pour le test en ligne. Codes de connexion du test envoyés après le 1er entretien.**

### **Tarifs:**

- **3 rdvs = 1500 euros HT**
- **5 rdv = 2400 euros HT**
- **7 rdv = 3300 euros HT**
- **10 rdv = 4500 euros HT**
- **15 rdv = 6900 euros HT**

**Paiement en 1, 2, 3 ou 5 fois**

---

**Proposition adaptée si besoin de plusieurs tests et accompagnements (associés, managers, collaborateurs, recrutement, etc.)**

### **Contact :**

strideclaire@gmail.com  
clairestride.fr



**Claire STRIDE**  
Certifiée



**INC** Institute  
of NeuroCognitivism