

# LÉA TAVERNIER

FORMATRICE - KINÉSIOLOGUE - COACH

SON MANTRA : Et si tout ne devait pas changer pour que quelque chose change ?

## COMPETENCES

|                                  |         |
|----------------------------------|---------|
| Faculté d'adaptation             | ★★★★★   |
| Observation                      | ★★★★★   |
| Ecoute/Empathie                  | ★★★★★   |
| Chant                            | ★★☆☆☆   |
| Danse                            | ★★★☆☆   |
| Ménage                           | ★★★★★☆☆ |
| Chef Cuisto                      | ★★★★★   |
| Blague                           | ★★☆☆☆   |
| Blague pas drôle                 | ★★★★★☆☆ |
| Murmurer à l'oreille du matériel | ★★★★★   |
| informatique                     | ★☆☆☆☆   |
| Bricolage                        | ★★★★☆☆  |

## POINTS FORTS:

Trouver des métaphores pour rendre accessibles des notions complexes, une grande adaptabilité (parfois un peu trop !), et une vision systémique des choses. Continuer à offrir le gîte et le couvert au syndrome de l'impostrice...

## POINTS FAIBLES:

Des fautes d'orthographe (toujours les mêmes !) et la difficulté à faire des choix et à rester focus sans me disperser.

## SON PARCOURS

Curieuse depuis toujours de comprendre comment nous fonctionnons (parfois tout en fluidité... parfois pas du tout 😊), j'ai d'abord exploré "l'infiniment petit" avec un parcours en biologie cellulaire et moléculaire, avant de travailler pendant 11 ans dans le diagnostic médical en cancérologie, au contact des laboratoires d'anatomopathologie.

Mon évolution vers le management pendant 7 ans m'a amenée à accompagner des équipes au plus près de leurs enjeux humains et professionnels, avec une conviction renforcée : quel que soit le domaine d'activité ou le poste, l'humain reste la pièce centrale de ce qui se joue.

J'ai ensuite eu envie d'élargir mes horizons en me formant au coaching de vie et à la kinésiologie (2024-2025). Une synergie qui me permet aujourd'hui d'accompagner à la croisée du mental, du corps, de la conscience et de l'action, avec une approche globale et en profondeur.

## ELLE AIME

Les nuances de l'aquarelle, le cappuccino, les chats, les silences qui parlent, marcher en montagne et sur la côte, l'authenticité.

## ELLE N'AIME PAS

La betterave, les injonctions déguisées en vérité universelle, la tendance à tout vouloir simplifier tout le temps, les formulaires administratifs. Les réunions vides de sens.

## CE QUE DIRAIENT SES AMIS

Grande, à la fois sérieuse... et capable de rire de tout, avec une bonne dose d'autodérision. Toujours en train de chercher à comprendre le "pourquoi du comment"... et que ça doit parfois être fatigant d'être dans ma tête !

## SON TALENT CACHÉ

Savoir retrouver un objet perdu... grâce à une excellente mémoire visuelle. Et parfois uniquement après l'avoir cherché partout pendant 20 minutes, depuis que je suis maman... et que les objets bougent tout seuls 😊