



BE WISE BE WILD

Les langues ouvrent des portes. Les compétences font avancer.

Formation linguistique et ateliers pratiques pour entreprises, organismes de formation et adultes.

Je pars des situations que vous souhaitez mieux aborder : une conversation avec un client, une décision à partager, une information à transmettre ou une activité à simplifier.

Formation linguistique

Anglais et français, en individuel ou en petits groupes, à distance ou en présentiel. Des cours adaptés au niveau de départ, avec de la pratique, des explications claires et des retours.

Ateliers en entreprise

Autodiagnostic de l'entreprise, leadership, communication, processus et bien-être. Des ateliers pour observer le travail, expérimenter des outils et choisir des actions concrètes. Chaque atelier peut être réservé séparément.

D'abord le besoin. Puis le parcours.

Écoute, conception du programme, pratique et suivi des progrès. Nous définissons les objectifs, les participants et les modalités avant de commencer, avec une proposition claire.

Offres et modalités à distance

25 % de réduction sur les ateliers et forfaits linguistiques confirmés avant le 31 décembre 2026 inclus, avec un calendrier convenu pouvant inclure 2027.

Ateliers à distance : 15 % de moins. Cette réduction est cumulable avec la promotion ; les réductions s'appliquent successivement. Les frais de déplacement sont exclus des réductions.



01 / FORMATION LINGUISTIQUE

Apprendre une langue. L'utiliser avec assurance.

Anglais et français pour entreprises, organismes de formation et adultes. Cours individuels ou en petits groupes, à distance ou en présentiel.

Les cours au cœur du parcours

Conversation, compréhension, grammaire, vocabulaire et prononciation. Emails, appels, réunions et présentations deviennent des occasions de pratiquer. En français, également des parcours pour l'accueil, la cuisine et le service en salle.

Forfaits d'anglais pour entreprises

40 heures sur 6 mois : 1 520 €. Cinq mensualités de 304 €.

100 heures sur 12 mois : 3 600 €. Acompte de 900 €, puis cinq mensualités de 540 € ou dix de 270 €.

Toutes les heures peuvent être consacrées aux cours. Sur demande, une partie peut servir à préparer réunions et présentations, réviser ou rédiger des emails et contenus professionnels, ou créer des modèles et glossaires. Les activités et le temps nécessaire sont convenus à l'avance.

Parcours personnalisés hors forfait

Anglais ou français avec un nombre d'heures, une fréquence et un programme sur mesure. Pour entreprises, adultes, organismes de formation et écoles professionnelles : une proposition dédiée, sans obligation d'acheter 40 ou 100 heures.

Organiser le parcours

Nous précisons le niveau et les objectifs, convenons du calendrier et des participants et suivons les progrès pendant les cours. Un cours collectif d'une heure utilise une heure du forfait. Déplacements et conditions sont définis dans la proposition.



02 / ATELIERS EN ENTREPRISE

Comprendre ensemble. Agir sur les priorités.

- Autodiagnostic de l'entreprise
- Leadership, communication et responsabilité
- Communication efficace
- Des processus plus simples
- Corps, système nerveux et bien-être au travail

Autodiagnostic, leadership, communication et processus :

6 heures d'activités, 600 € par entreprise.

Corps, système nerveux et bien-être au travail :

4 heures d'activités, tarif spécial de 300 € par entreprise.

Les pauses s'ajoutent aux durées d'activités indiquées.

Déplacement inclus pour les lieux situés jusqu'à 80 km de Valchiusa. Au-delà : 2 € par kilomètre supplémentaire, sur la distance routière à l'aller. Le montant est communiqué avant confirmation.

Manuela Salis

J'ai étudié les langues, la communication multilingue et le management en Suisse, à Genève et à Fribourg. J'ai travaillé pendant 15 ans dans des environnements professionnels internationaux, notamment dans la coordination de projets et les échanges entre direction et équipes. Aujourd'hui, j'enseigne l'anglais et le français et j'anime des ateliers en entreprise.

Je suis également enseignante de yoga, avec vingt ans de pratique personnelle. Je suis actuellement une formation en somatic healing et nervous system regulation pour approfondir le travail somatique et la régulation du système nerveux. Dans les ateliers de bien-être, j'accorde une place au corps, à la respiration et aux rythmes de travail.

Commençons par un échange de 15 minutes

Parlez-moi des participants, des objectifs et du contexte. Nous définissons ensemble un parcours adapté et une proposition claire, sans engagement.

Réserver un appel découverte · M'écrire par email