



PRESENTATION

Saison 2023

AURELIE  MILHAU
EXPRESSIO

26 rue de Plouénan - 29250 Saint Pol de Léon

07 84 59 85 82

contact@expressio-29.com



PROCAFÉINATION

*Tendance étrange à prendre
une tasse de café
avant de se mettre
à une nouvelle tâche.*



Qu'il soit au lait, sans sucre, glacé, frappé, instantané, lungo ou ristretto,
cappuccino

(ou Irish Coffee ☕),

le café est le symbole incontournable de l'échange au travail :

"un **Espresso**, s'il vous plaît !"

*(une grande pensée pour nos amis amateurs
du tea time ou autre rituel).*

Partage, cohésion, motivation, réussite, succès, performance...

Autant de synonymes qui résonnent.

Expression, Espresso...

AURELIE  MILHAU
EXPRESSIO

Expressio est né.



MES VALEURS

CREATIVITE

La force de l'impulsion
avec agilité et brio !

OPTIMISME

Parce qu'il existe toujours
une solution.



TRANSPARENCE

Honnêteté, respect
et exigence.

INDIVIDUALITE

Indépendance et originalité.
J'ai le droit !

AURELIE  MILHAU

EXPRESSIO

FAISONS VIVRE VOS PROJETS

ACCOMPAGNEMENT PARTICULIERS

L'EXPRESSION DE QUI VOUS ÊTES

Bilans de compétences,
connaissance de soi, ou marketing d'emploi...

Vous êtes l'unique personne
au centre de votre vie,
il est temps de la prendre en main !

ACCOMPAGNEMENT PROFESSIONNELS

VOTRE FUTUR, DÈS AUJOURD'HUI

Bilans de compétences,
bilan post burn out pour un retour "re-boosté(e)",
ou formations ciblées...

Développez le meilleur de vos équipes !

CULTIVONS L'ÉNERGIE, RÉCOLTEZ LE SUCCÈS.

PARTICULIERS

VALORISEZ VOTRE PARCOURS

Le Bilan de Compétences

Le savoir-faire Orient'Action®
depuis 2008

Eligible CPF
(Compte Personnel de Formation)
Finançable jusqu'à 100%*

Le Marketing d'Emploi

Mise en forme du profil de candidature :

CV
Lettre de motivation

Préparation aux entretiens

DÉVELOPPEZ VOTRE POTENTIEL

Le Développement Personnel

Gestion du stress
Travail sur les émotions
Confiance en soi - Estime de soi
Affirmation de soi

Bilan jeune

Le Développement Professionnel

Communication
Positionnement relationnel
Organisation
Définition d'objectifs
Boost de la motivation

* vérifiez votre situation sur www.moncompteformation.gouv.fr

PROFESSIONNELS ET ENTREPRISES

SÉCURISEZ VOS EMBAUCHES

Les Tests et les Evaluations avant Recrutement

Personnalité
Motivation
Intérêts professionnels
Profil managérial
Potentiel Vendeur
Intelligence Emotionnelle



AURELIE MILHAU
EXPRESSIO

FIDÉLISEZ VOS SALARIÉS

Les Formations

Efficacité Professionnelle :

Optimisation du temps
Gestion des Priorités
Communication interpersonnelle
Positionnement relationnel

→ Formations sur mesure
(entretien diagnostic à prévoir)

Le Bilan de Compétences

Le savoir-faire Orient'Action®
depuis 2008

Prise en charge OPCO,
plan de développement des compétences,
CPF*

* plus d'informations sur www.moncompteformation.gouv.fr

PROFESSIONNELS ET ENTREPRISES

ACCOMPAGNEZ VOS ÉQUIPES

La Montée en Compétences

*Entretiens individuels,
Définition des objectifs personnels de chacun,
Favoriser l'engagement et booster la motivation.*

L'Accompagnement au Changement

*Réorientation, évolution, modernisation, digitalisation...
La vie d'une entreprise !*

Coaching individuel et d'équipe
Analyse incitative
(étude du contexte en entreprise)

PRENEZ DU REcul

La Prévention des Risques Psycho-Sociaux

Accompagnement de la ligne managériale
Participation à la définition d'objectifs
Analyse des facteurs clés

Sur mesure

Le Coup de Pouce sur Mesure

Besoin d'un soutien,
d'une prise de recul
sur un ou des sujet(s) spécifique(s)?

Parlons-en.



AURELIE  MILHAU
EXPRESSIO

**Une volonté forte de contribuer
au développement local
et à l'attractivité de notre beau Finistère.**

Quelques références :

Anfh_



**Aurelie Milhau est la fondatrice d'Expressio,
cabinet de conseil en développement de carrière et évolution
professionnelle, et organisme de formation en entreprise.**

**Membre adhérent à la Fédération Professionnelle
pour la Pluralité des Psychothérapies (FPPP).**

Aurelie a une expérience

de 16 ans dans le secteur bancaire et de l'immobilier

*(conseil clientèle, accompagnement au développement des compétences des
équipes, animation et conception de formations inter-entreprises,
management),*

et de 5 ans dans la gestion de carrière

et l'accompagnement personnel *(bilan de compétences, coaching).*

Spécialiste de l'écoute, elle accompagne

ceux qui souhaitent en apprendre davantage sur eux-mêmes,

installer une nouvelle dynamique

et mobiliser leur propre potentiel pour avancer.

AURELIE  MILHAU
EXPRESSIO



CONTACT

Téléphone :

07 84 59 85 82

Mail :

contact@expressio-29.com

Adresse :

26 rue de Plouénan 29250 Saint Pol de Léon

Site internet :

www.expressio-29.com

AURELIE  MILHAU
EXPRESSIO
