



# ADPApro musiciens - enseignants.

Accompagnement en **D**éveloppement **P**édagogique & **A**rtistique  
- **Certifié coach de vie & coach professionnel** -

**Clarifier, structurer et faire grandir son projet  
professionnel de musicien-enseignant.**

**A celles et ceux qui souhaitent donner un nouvel élan à leur projet professionnel...**

Vous êtes musiciens-enseignants indépendants et vous rêvez de voir votre activité vibrer pleinement. Vous savez ce que vous voulez transmettre et créer, mais certains freins ralentissent le développement de votre projet : organisation, visibilité, confiance en soi, collaborations, projets etc.

**Vous avez envie que ça change !**

Mon rôle, dans ce cadre, est de proposer un espace de réflexion et de structuration, pour hiérarchiser vos priorités, clarifier vos envies, vos objectifs. Ensemble, nous identifions les freins et ouvrons de nouvelles perspectives pour que votre activité devienne plus fluide, cohérente et alignée avec vos aspirations et votre singularité.

**« Be water, my friend. » Bruce Lee**

*(L'idée derrière cette phrase est de s'adapter, circuler, prendre la forme des situations, et en même temps laisser émerger ce que l'on veut)*

## **Pourquoi mon accompagnement peut vous aider ?**

En tant que musicienne et professeure diplômée d'État, ayant exercé à la fois dans les écoles de musique et en tant qu'enseignante indépendante, j'ai vécu le parcours de musicien-enseignant avec ses défis et ses responsabilités, sa réalité enrichissante, créative, collaborative, réflexive, j'ai aussi connu les défis que beaucoup d'indépendants rencontrent et encore plus aujourd'hui : être seul, gérer son activité en autonomie, jongler avec plusieurs projets et chercher un équilibre tout en assurant ses revenus et le tout en souhaitant rester fidèle à ses aspirations et à ses besoins. Un vrai challenge !

Cette expérience m'a permis de développer une connaissance concrète des réalités du métier, de développer un projet artistique tout en restant cohérente avec mes valeurs et ma pratique pédagogique.

**L'accompagnement que je propose est un espace d'écoute, d'exploration et de construction**, pensé pour vous aider à poser ce qui sonne juste pour vous, à traverser équilibres et déséquilibres, à reconnaître ce qui s'harmonise ou non, et à construire une place que vous choisissiez réellement, tout en retrouvant une forme de pouvoir, d'énergie et de joie en vous. La traversée est parfois inconfortable et, en même temps, régénératrice !

Cet accompagnement est à la fois,

### **Un chemin introspectif pour :**

- Oser dire ce que vous voulez, ce que vous ne voulez plus,
- Oser regarder ce qui s'étiole et ce qui s'émerveille,
- Oser reconnaître ce qui se blesse, ce qui se regarde autrement,
- Oser écouter ce qui freine et ce qui se rêve,
- Oser accueillir ce qui résiste, ce qui s'éveille, se réveille,
- Oser être, découvrir, se découvrir, s'ouvrir

### **Un chemin tourné vers l'action et la construction pour :**

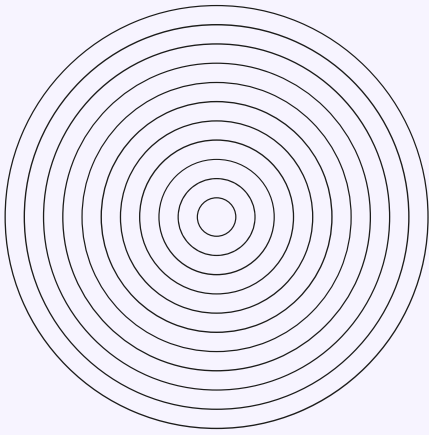
- Identifier et mobiliser vos ressources, vos outils (compétences, réseau, outils, méthodes).
- Clarifier vos idées et priorités, remettre de l'ordre dans votre projet, et structurer vos actions.
- Faire grandir un projet qui vous ressemble en identifiant votre singularité
- Mettre en valeur ce que vous faites, renforcer votre visibilité et votre posture professionnelle.
- Développer votre créativité : expérimenter et dépasser les barrières personnelles.

**Je suis là pour vous**, avec mon expérience musicale, artistique, pédagogique, mon sens de l'écoute, de l'analyse, de l'organisation, ma sensibilité, mon intuition, ma créativité et mon énergie !

**Je suis un miroir, un guide pour vous permettre de donner vie** à votre projet professionnel ou lui insuffler un nouvel élan, avec clarté, cohérence, dynamisme et créativité.

# COMMENT

## ÇA SE PASSE ?



*Chacun étant unique, le projet est unique,  
La proposition de coaching est donc personnalisée  
en ce sens.*

## BILAN & APPROFONDISSEMENT

Lors de notre première prise de contact, par téléphone, vous m'expliquez votre situation. En fonction de cette première évaluation, je vous propose un accompagnement adapté, pouvant aller d'une à plusieurs séances.

Pour information :

- Une séance correspond à un bilan-conseil.
- Au delà, cela correspond à un travail approfondi de votre situation.

## MODALITES

- Tarif d'une séance : 75€
- La durée d'une séance est variable (entre 1h et 1h30)

### Règlement des séances

Chaque séance est réglée à l'avance, en espèces ou par virement bancaire.  
En cas d'annulation moins de 24h à l'avance, la séance reste due, sauf en cas de situation exceptionnelle (maladie, urgence familiale, ou événement imprévu indépendant de votre volonté).