

À propos de Transition Essentielle

Une vision : remettre l'humain et le vivant au cœur du changement

Je m'appelle **Aline Zeiger**, et j'ai créé **Transition Essentielle** pour accompagner les entreprises, les collectifs et les individus dans une transformation à la fois profonde, durable et joyeuse.

Dans un monde en transition, je suis convaincue que la performance ne peut plus se construire au détriment du bien-être, de la coopération ou du vivant. Mon travail consiste à créer des espaces où l'on peut à la fois se réguler, se reconnecter, se comprendre et évoluer ensemble.

Qui suis-je ?

Éducatrice à l'environnement, formatrice en pédagogie, organisatrice de séjours pleine nature, professeure de Yoga et coach neuro-identitaire, j'explore depuis plus de 20 ans, les passerelles entre corps, nature, émotions, coopération et transformation personnelle et collective.

Issue d'un parcours mêlant séjours itinérants en pleine nature, veillées d'astronomie, accompagnements individualisés au bien-être physique et mentale, et coachings de vie, j'ai choisi de mettre mes compétences au service du changement dans les organisations.

Ce qui me porte :

- Rendre le travail plus humain et plus vivant
- Créer des ponts entre performance et intériorité
- Offrir des espaces où chacun peut se reconnecter à soi, aux autres et à l'essentiel

Ce que je propose

Ateliers en entreprise (gestion du stress, coopération, intelligence émotionnelle...)

- Séminaires en immersion dans la nature
- Coaching individuel et collectif
- Accompagnements spécifiques selon les besoins de vos équipes

Mon approche est **expérientielle, immersive, coopérative et profondément humaine**.

Je combine des méthodes éprouvées (coaching, intelligence collective, régulation émotionnelle, écopsychologie) avec des expériences concrètes et sensorielles (nature, corps, respiration, jeux, rituels, etc.) pour ancrer durablement les transformations.

"Changer en profondeur, ce n'est pas tout transformer.

C'est faire de chaque pas une expérience que l'on a hâte de renouveler."

En pratique

Itinérante, j'interviens partout en France, en présentiel ou en format hybride.
Je travaille seule, mais en lien avec un réseau de partenaires de confiance pour vous proposer une expérience sur mesure.

Et maintenant ?

Vous souhaitez impulser une dynamique de transformation authentique et humaine dans votre organisation ou encore fidéliser votre équipe et la fédérer autour des valeurs de votre entreprise ?

Contactez-moi pour imaginer ensemble un accompagnement sur mesure.