

# LA SANTE DANS TOUTES SES DIMENSIONS

Santé individuelle . Santé relationnelle . Santé en entreprise



Notre savoir-faire

Vision holistique

Notre savoir-être



Sciences et Innovation

Consultance - Management

Entreprises et Organismes  
Secteur Santé et Innovation



Une vision intégrée  
au coeur de notre Santé



Énergies et Cohérence

Consultance - Ateliers - Coaching

Entreprises  
et Particuliers

# MA PROPOSITION DE VALEUR



Sandra Huygen - Dols

## MA VISION

**Catalyser l'équilibre, la cohérence et l'énergie au cœur de l'individu et de l'entreprise.**

## MON PARCOURS

Doctorat Sciences du vivant (ULG) . MBA (Solvay)  
Maitrises en gestion de bioénergies  
International master coach (Bruxelles et Genève)  
**20 ans d'expérience . Domaine Santé**

## MON OFFRE

**Consultance . Management . Coaching en  
Stratégie . Organisation . Développement  
du Capital humain**

## MON APPROCHE & MES VALEURS

### **Approche holistique, organique et durable**

Allier le meilleur des résultats de la science dans le domaine de la santé, du management, et de la gestion des énergies pour connecter les personnes, les projets, et les entreprises à leur plus haut potentiel de développement et de santé.



14 987 mentions J'aime



Sandra Huygen

500+  
connections

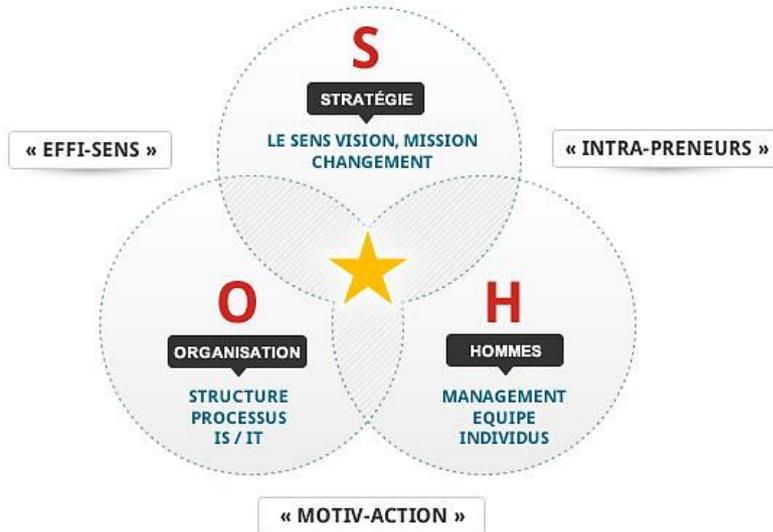
# PROGRAMME « ADN Santé »

## L'ADN DE VOTRE CAPITAL SANTE EN ENTREPRISE



Dr. Sandra HUYGEN-DOLS  
PhD, MBA, Maitrises en bioénergies

# PROGRAMME ADN Santé



Notre gamme d'interventions « PROGRAMME ADN Santé » en entreprise s'articule de manière holistique autour de toutes les questions d'accompagnement **du changement vers plus de santé, de performance, d'éthique, de conscience, de confiance, et de satisfaction au sein de sein de l'entreprise** sur toute sa chaîne de valeurs et de valeurs et de développement de compétences humaines et managériales :

- La qualité d'être par la maîtrise individuelle (corps-corps-esprit)
- La qualité des liens en équipes et intra-entreprise par entreprise par le développement de l'intelligence l'intelligence relationnelle et coopérative (collective). (collective).
- La qualité de la vie au travail par la culture de la santé de la santé dans toutes ses dimensions (personnel, (personnel, relationnel, organisationnel, quête de quête de sens) au travail.
- La qualité du lien de l'entreprise avec la société société (Développement durable et RSE)

# PROGRAMME ADN Santé

## SANTE & BIEN-ETRE AU TRAVAIL

Loi sur le burn-out et le stress en entreprise:

Opportunité de voir émerger une nouvelle culture d'entreprise !



Dr. Sandra HUYGEN-DOLS  
PhD, MBA, Maitrises en bioénergies

Pour la gestion du stress, un outil de l'Institut scientifique HeartMath (US) est mis à votre disposition

# PROGRAMME ADN Santé

SANTÉ & BIEN-ETRE  
AU TRAVAIL

Loi sur le burn-out et le stress en entreprise:  
Opportunité de voir émerger une nouvelle culture d'entreprise !



FORMATION  
PREVENIR  
LE BURN-OUT

Dr. Sandra HUYGEN-DOLS  
PhD, MBA, Maitrises en bioénergies

Pour la gestion du stress, un outil de l'Institut scientifique HeartMath (US) est mis à votre disposition

# PROGRAMME ADN Santé

## LA NATURE: CLE D'UN MANAGEMENT VIVANT & DURABLE

An aerial photograph of a dense, vibrant green forest. A narrow, winding river flows through the center of the forest, reflecting the surrounding foliage. The trees are in full leaf, creating a rich, textured canopy.

*Avec ses 3,6 milliards d'années de R&D, la Nature est une source d'inspirations pour un management respectueux et durable en entreprise*

Dr. Sandra HUYGEN-DOLS  
PhD, MBA, Maitrisés en bioénergies



# PROGRAMME ADN Santé

## SYNERGIES & INTELLIGENCE COLLECTIVE

*Développer notre capacité de mise en commun  
d'idées pour faire émerger les solutions, la  
créativité et l'innovation dans les organisations*

Dr. Sandra HUYGEN-DOLS  
PhD, MBA, Maitrises en bioénergies

« Tout seul, on va plus vite. Mais ensemble on va plus loin... »

# PROGRAMME ADN Santé

HAPPINESS

Loading... Please wait



## BONHEUR AU TRAVAIL

2.5 X + de  
croissance

(Hay Group)

33% + de  
profit

(Deloitte)

43% + de  
productivité

(Hay Group)

300% + de  
créativité

(HBR)

54% - de taux  
de roulement

(Hay Group)

Dr. Sandra HUYGEN-DOLS  
PhD, MBA, Maitrises en bioénergies

Les ateliers se basent sur les résultats de recherches scientifiques (notamment Harvard)

# PROGRAMME ADN Santé

## INTEGRATION DES 7 SOURCES D'ÉNERGIES

Qu'il s'agisse de retrouver un état de bien-être, de santé, d'apprendre à diagnostiquer son niveau d'énergie ou celui de son équipe, de gérer son stress, de développer un projet de vie privé ou des projets professionnels, ce programme vous permet d'établir dans la bonne humeur et concrètement un plan d'actions personnalisé ou collectif qui vous aide à déterminer et développer vos ressources primaires (conscientes) et à mettre en lumière toutes les autres possibilités (inconscientes) de vous ressourcer aisément, et de booster votre potentiel en énergie.

**Reconnectez-vous à votre plein potentiel.**

A close-up portrait of a man with short, dark hair, smiling slightly. He is wearing a light blue button-down shirt. The background is a soft, out-of-focus indoor setting.

**Dr. Sandra HUYGEN-DOLS**  
PhD, MBA, Maitrises en bioénergies

Pour la gestion du stress, un outil de l'Institut scientifique HeartMath (US) est mis à votre disposition



# PROGRAMME ADN Santé

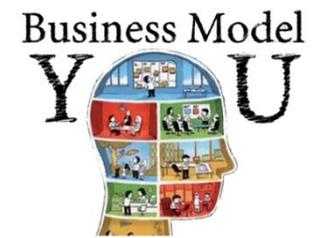
## DEVELOPPER SON INTELLIGENCE EMOTIONNELLE

Dr. Sandra HUYGEN-DOLS  
PhD, MBA, Maitrises en bioénergies



« Écouter, convaincre, concilier, expliquer, encadrer, diriger »... L'essentiel de notre travail réside bien souvent dans ces différentes tâches. La gestion de la force des émotions –individuellement et collectivement - apparait aujourd'hui liée à une compétence indispensable pour évoluer dans un environnement en constante évolution voire mutation, et créer un climat de confiance indispensable à la santé au travail. Les formations en « **Intelligence émotionnelle** » (IE) permettent une amélioration durable des conditions de travail, de l'efficacité des collaborateurs, et une meilleure prévention des situations problématiques ou conflictuelles. Le développement de l'IE ouvre une voie royale à la liberté d'expression, de projection et de création associée à l'innovation (technologique et non technologique) en entreprise. Ces formations peuvent être associées à des ateliers en **Communication non violente**.

# PROGRAMME ADN Santé



## DEVELOPPEMENT DES POTENTIELS HUMAINS

Découvrez, développez vos talents et trouver l'énergie pour mener à bien vos projets. Les ateliers exposent des expériences de neurosciences, épigénétique, physique quantique, et psychologie positive.

**DE NOUVEAUX OUTILS, DE NOUVELLES  
APTITUDES, DE NOUVEAUX HORIZONS,  
UN NOUVEL ETAT D'ESPRIT**

Pour vous accomplir personnellement et professionnellement dans une vie riche de sens.

Nous utiliserons notamment un outil de l'Institut scientifique HeartMath (US) ainsi que l'approche ludique « Business Model You ».

A man in a dark suit and tie is smiling and pointing with a black marker at the word 'IMPOSSIBLE' written on a whiteboard. A large, hand-drawn 'X' is superimposed over the word, indicating that what was once considered impossible is now achievable.

~~IMPOSSIBLE~~



**Dr. Sandra HUYGEN-DOLS**  
PhD, MBA, Maitrises en bioénergies

# PROGRAMME ADN Santé

## WEEK-END . ENERGIE . ZWIN

### Pour particuliers et entreprises

Respirez en profondeur. Ralentissez le temps d'un week-end. Lâcher prise est si facile dans cette nature authentique...

Vous y (re)découvrirez toute l'amplitude d'un bonheur simple, d'une présence à vous-même.

Pratiques simples et échanges conviviaux.  
Coaching pour vous ressourcer et retrouver votre plein potentiel en énergie et vitalité.

Cuisine vivante et énergétique.

**Cadzand-bad en Zélande (3 km de Knokke)**  
**Info & Réservations: [sandra.huygen@allianses.be](mailto:sandra.huygen@allianses.be)**



# MODALITES PROGRAMME ADN Santé

Nos séminaires et ateliers « Programme ADN Santé » sont des « **Trans-formations** » qui visent à mettre en place de nouvelles dynamiques **créatives, innovantes** générant toute la cohérence et l'énergie nécessaire à l'équilibre et la santé en entreprise. Ils s'adressent à l'humain qui est au cœur du **management et du leadership authentique**, et ouvrent une voie personnelle et collective vers une quête de sens, réalignant **l'intelligence et le cœur d'une société plus vivante, performante, durable et en synergie avec son environnement.**

## INTRA-ENTREPRISES



## EN RESIDENTIEL



# Programme Énergie-Santé

Quelques références en entreprises





Une première rencontre me permettra  
d'évaluer vos besoins et d'établir votre programme  
**« ADN Santé en entreprise »**  
Et pourquoi pas autour d'une tradition  
aux vertus naturelles et conviviales?  
**Une tasse de thé.**

**Dr. Sandra HUYGEN**  
PhD Sciences du vivant, MBA  
Maîtrises en « Gestion d'Energies et des Potentiels»

+32 486 467 191  
sandra.huygen@alliances.be  
www.alliances.be





5% de nos bénéfices sont versés  
au profit de l'ASBL  
« AIDE AUX ENFANTS CANCEREUX »  
[www.asbl-aec.be](http://www.asbl-aec.be)