Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 20 novembre 2026

Marion Nussbaumer, consultante en relation d'aide et de management : 'Et si on réinventait la vie en entreprise ?



Marion Nussbaumer est consultante en relation d'aide et de management. Son crédo ? Être au top de sa forme pour être au top de sa vie. Elle s'adresse aux dirigeants, aux organisations et aux particuliers, créant, pour chaque profil, un programme dédié. Objectif ? Se sentir libre d'aller bien pour aller plus loin.

Longtemps manager dans le marketing, la relation client, la communication, responsable de pépinière d'entreprises, directrice de l'Attractivité du territoire, de l'immobilier d'entreprise, de la création

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 20 novembre 2026

d'entreprise, cheffe de cabinet, cette touche à tout de l'économie décide, à l'orée d'un changement de dizaines, de s'offrir une nouvelle vie.



Pour y parvenir ?
Elle change de paradigme. Et pour se réinventer s'essaie à diverses disciplines. Elle y découvre des trésors comme la PNL (Programmation neuro linguistique), l'Art-Thérapie et conçoit des programmes personnalisables qu'elle décide de partager avec trois sphères qu'elle connaît bien : le dirigeant, les organisations et le particulier. Comment ? En segmentant des propositions très pratico-pratiques.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 20 novembre 2026



Il y a tout d'abord [The Wonder boss]
Ancienne responsable de Créativa, pépinière d'entreprises à Avignon, Marion Nussbaumer se rappelle la solitude du créateur ou repreneur d'entreprise et aussi ses besoins en développement de compétences. Alors elle déroule sa proposition d'accompagnement, inspirée d'un mentorat québécois et des techniques de relation d'aide. Sa proposition ? Apprendre à gagner en sérénité pour mieux diriger, cultiver confiance et optimisme, travailler sa flexibilité mentale, son écologie intérieure : bien-être, sommeil, vision de l'avenir et développement de l'entreprise.

Concernant l'accompagnement des organisations, Marion Nussbaumer parie sur **'The creative company'** qui mise sur la vie épanouissante des salariés pour assurer la croissance durable à l'entreprise. Comment ? En faisant appel à l'intelligence créative des équipes ce qui permettrait également aux managers de les fidéliser. Ainsi écloraient des solutions originales pour faire face aux problèmes, valorisant la prise d'initiative, cultivant un regard positif sur les événements et en se démarquant de l'environnement concurrentiel. Bref un autre management, plus râteau que pyramidal et surtout plus intelligent ?

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 20 novembre 2026



Par quels procédés ?
Ça commencerait par une méditation de pleine conscience pour se poser et s'ouvrir pour, ensuite, se diriger vers une méditation créative qui prendrait la forme d'écriture, de dessin, de peinture, d'écoute musicale tournée vers la recherche de solution en groupe et, du même coup, en permettre la cohésion et actionner l'intelligence collective. Pour commencer ? The creative company entame l'évaluation des besoins afin d'établir un projet sur mesure. Son champ d'application ? Le développement des compétences, le management, la santé au travail, la gestion de projet, la conduite du changement, l'innovation et le marketing. Et pour la mise en place ? Il est toujours temps de s'engager dans un accompagnement ponctuel ou régulier selon les besoins.

Enfin, pour les particuliers, il y aurait **'The Medi art program'** qui propose de la médiation artistique, une approche par le corps avec des massages, du yoga et des techniques de respiration et aussi de la méditation en pleine conscience.

La promesse ?
Devenir l'artisan de sa vie. Le défi ? S'offrir une meilleure qualité de vie. Lâcher la dispersion pour se concentrer, faire des choix réfléchis, poser les bases d'un mode de vie apaisé, retrouver sa confiance en soi, comprendre ses émotions, porter un autre regard sur sa vie et ainsi s'ouvrir au changement. Il est question ici de prendre l'homme dans son entièreté : corps, cœur, conscience et de reprendre les rênes de la vie que l'on souhaite pour soi.

La part de l'artiste
En bonne marqueteuse, Marion Nussbaumer aura segmenté tous les axes de travail sur lesquels elle a la capacité et l'envie d'intervenir, compétences qu'elle aura compilé durant toute sa vie professionnelle. Il n'en restait qu'une, fraîchement découverte, qu'elle veut laisser s'épanouir tant au cœur de l'entreprise que du foyer : des toiles mobiles rétroéclairées aux couleurs inspirantes. Une entreprise est née de cette

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 20 novembre 2026

envie en partenariat avec Julien Chatton, designer lumière. Ensemble ils créent 'Via Luce, the art of light' –l'art de la lumière-.
Theartoflight.via-luce.com et https://www.via-luce.com/



Un art protéiforme
Marion Nussbaumer mêle ses propres peintures et photographies en une image prête à fondre sur de grands formats astucieusement complétés d'invisibles leds. Résultat ? Des créations artistiques, des couleurs et des formes monumentales rétroéclairées et mobiles conçues comme autant de fenêtres inspirantes pour rythmer, en entreprise, un open space, une salle de réunion, un hall d'accueil, où tout simplement son home sweet home.

Mindful tour
Et puis il y a eu une nouvelle envie. Celle de faire découvrir aux touristes, aux vauclusiens, aux habitants du Grand Avignon et au-delà une visite guidée de Villeneuve-lès-Avignon en Pleine conscience. Marion Nussbaumer y propose une méditation en pleine nature, dans un parc de garrigue avec une vue époustouflante sur tout le département. A moins que l'on préfère une marche méditative propice à apprivoiser le patrimoine historique et culturel de la cité cardinalice. Le Mindful tour s'organise de 10h à 13h jusqu'en octobre et sous réserve de conditions climatiques favorables.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 20 novembre 2026



Des ateliers pratiques

Marion Nussbaumer propose ‘Tapas y Plumas’ des ‘ateliers écriture et détente’, un happy hour mensuel - tous les 1ers mardis du mois- qui stimule votre créativité, à la Maison Bronzini 74, rue de la République à Villeneuve-lès-Avignon. Objectif ? Laisser libre cours à son imagination tout en appliquant des consignes parfois très originales ! La méditation de pleine conscience, en groupe, a lieu elle, tous les mercredis, à la péniche Althéa de 18h30 à 20h. Chemin de l’ile Piot à Avignon.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 20 novembre 2026



Les infos pratiques
Cabinet Marion Nussbaumer. 12, rue du Compagnonnage. 30 133 les Angles. bonjour@marion-nussbaumer.com 06 38 84 20 74

« Je suis une créative dans l'âme et l'entreprise dans laquelle nous passons le plus clair de notre temps doit permettre à cette créativité de s'exprimer. Pourquoi ? Parce qu'elle est la source infinie de solutions de développement à la fois pour les hommes et pour la structure. C'est mettre en œuvre la cohésion d'équipe et donc l'intelligence collective. Le management entrepreneurial se reconstruit, se redéfinit grâce à des techniques innovantes elles-mêmes espérées par les nouvelles générations. »

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 20 novembre 2026



Marion Nussbaumer

Educateurs, soignants, le Codes 84 propose une formation à la méditation de pleine conscience

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 20 novembre 2026



Le Codes de Vaucluse propose l'analyse de la pratique de la Méditation de pleine conscience ce lundi 14 juin. Objectif ? Continuer à développer ses compétences dans la construction et l'articulation des séances ou des programmes fondamentaux de la méditation de pleine conscience ; Déployer et adapter plus facilement ses compétences en contexte grâce aux ressources réflexives, aux temps de partage et aux supports méthodologiques proposés ; Réfléchir et co-construire collectivement à partir des difficultés, obstacles et réussites rencontrés en situation professionnelle ; Approfondir sa propre pratique : ancrage paisible et discernement ; Réfléchir aux enjeux éthiques, à l'intention et au choix de la pleine conscience, à sa propre posture.

Etude de cas

Au programme : Etudes de cas ou situations professionnelles proposées par les participants ; Exploration collective de perspectives pour co-construire des connaissances liées aux situations explorées ; Eclairages conceptuels et méthodologiques sur les diverses pratiques, les processus psychiques sollicités et entrainés, les recommandations cliniques et scientifiques, les adaptations ; Réflexion globale sur ces types d'accompagnement spécifiques.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 20 novembre 2026

Les publics concernés

Les publics concernés sont les professionnels ayant participé à au moins une 1 ère formation pour instruire la méditation de pleine conscience – pleine présence (mindfulness meditation), que ce soit au Codes 84 ou dans une autre structure.

La formatrice

La formation sera délivrée par Emmanuelle Decker, psychologue, sophrologue, docteur en philosophie. Spécialisée dans les interventions basées sur la pleine conscience-Mindfulness et les champs de l'intelligence émotionnelle. Elle instruit et supervise des accompagnements et programmes utilisant la méditation de pleine conscience pour enfants, adultes et sur des thèmes variés : douleurs chroniques, stress, difficultés attentionnelles & émotionnelles… Elle intervient dans la formation pour formateurs. Elle a obtenu un MBCAS (Mindfulness-based cognitive approach for seniors) au sein de l'université de Bruxelles.

Modalités pratiques

Durée : 1 journée de 7h. 12 stagiaires maximum. 150€. La formation peut être prise en charge par un organisme de formation professionnelle. L'inscription se fait en ligne et sera validée à réception du règlement ou des modalités de prise en charge par l'employeur, à faire parvenir au Codes 84 dans les 15 jours suivants l'inscription. Pour toute demande de devis ou facture, merci de contacter le Codes au 04 90 81 02 41 ou **accueil@codes84.fr**
M.H.