

Context : My client is a business coach with the following skills :

Leadership, Management, Personal Development, Mindfulness, Coaching

She helps teams and individuals in Company find more efficient ways to work by digging into what could be bothering them on the personal side (imposter syndrome,...)

Here is her LinkedIn account if you'd like to check it quickly for more infos.

<https://www.linkedin.com/in/c%C3%A9line-levita-9359a67/>

I used 2 different subjects to make 2 posts with each.

SCROLL DOWN FOR ENGLISH TRANSLATION

Post 1/2: How-To Guide for Professional Mindfulness (LinkedIn Article)

Content Type: LinkedIn article, value-driven guide

📖 La « Pleine Conscience » au Travail : Les 3 Étapes pour booster vos performances et trouver l'équilibre. 📖

Beaucoup font abstraction de cette manière de gérer leurs émotions et leur énergie dans un environnement de travail sous pression.

Dans ces situations, l'équilibre entre performance et bien-être est essentiel, mais difficile à contrôler.

Voici **3 pratiques Pleine Conscience** pour garder cet équilibre :

1. Respiration Consciente : 2 minutes pour réinitialiser l'esprit.
2. Rituels de Transition entre les Tâches : Pauses brèves entre les tâches pour mieux gérer l'énergie.
3. Journal de Réflexion : Réflexions en fin de journée pour mieux vous connaître et vous adapter.

Vous souhaitez intégrer la pleine conscience dans votre routine ? Parlons-en. 💬

Post 1/2 Variation (post later)

Content Type : Simple Status

Stressé(e) ? Débordé(e) ?

Voici 3 astuces efficaces pour transformer votre journée en quelques minutes :



Recentrer votre esprit en 2 minutes avec la Respiration Consciente.



Conservez votre énergie en prenant de courtes pauses entre chaque tâche.



Cultiver la conscience de soi en notant vos pensées et réflexions en fin de journée.

Translation :

Post 1/2: How-To Guide for Professional Mindfulness (LinkedIn Article)

Content Type: LinkedIn article, value-driven guide



Mastering Mindfulness at Work : Your step-by-step guide to boosting your performances and finding the perfect balance. 

In today's fast-paced work environment, balancing high performance with personal well-being can feel impossible.

Yet, **this balance is key to your long-term success and fulfillment.**

Here are **3 powerful Mindfulness practices** to help you stay grounded and focused, **no matter how hectic your days get :**

1. Conscious Breathing : 2 minutes to reboot your mind.
2. Transition rituals in between tasks : Short breaks between tasks to save your energy.
3. Self-Reflexion Journal : Reflect at the end of the day to know yourself better and adapt.

Let's connect to dive into proven strategies used by top leaders to stay ahead. Apply these TODAY, and bring that edge to your workday. 

Post 1/2 Variation (post later)

Content Type : Simple Status

Stressed ? Overwhelmed with work ?

Here are 3 effective tips to transform your day in a few minutes :

🧠 Refocus your mind in 2 minutes with Conscious Breathing.

🌀 Save your energy by taking short break in between tasks.

📝 Grow your self-consciousness by writing down your thoughts and reflections at the end of the day.

—————SUBJECT CHANGE—————

Post 2/2: In-Depth Case Study (Long-Form Content)

Content Type: Long-form content, value-driven, case study

Vous avez peut-être déjà vécu ça : **des départs à répétition dans un poste clé, un cycle sans fin de recrutement, et une équipe qui fatigue.**

Il y a quelques mois, un client est venu vers moi avec ce problème.

Ils avaient recruté des profils ultra-qualifiés, mais l'alignement avec la culture interne n'était jamais au rendez-vous.

Alors, nous avons fait un pari différent :

Au lieu de repartir dans le processus de recrutement externe, nous avons décidé de promouvoir un talent interne.

Après un **coaching ciblé**, cette personne a non seulement acquis les compétences pour exceller, mais a aussi gagné la confiance de l'équipe.

🚀 **Les résultats parlent d'eux-mêmes :**

- Moral d'équipe boosté 💪
- Réduction drastique des coûts de turnover 💰
- Renforcement de la culture et de l'identité de l'entreprise ☀️

Vous aussi, vous envisagez de renforcer votre leadership en interne ? Parlons-en. La solution est déjà à portée de main.

Post 2/2 variation: Quick Tips for HR Leaders on Reducing Turnover (Simple Status Update)

Content Type: Simple post, quick tips, niche content

 40 % des recrutements externes échouent dans les 18 mois. Pourquoi ?
Parce que, souvent, **la solution est juste sous vos yeux.**

Plutôt que de chercher toujours à l'extérieur, avez-vous pensé à miser sur le potentiel de votre propre équipe ?

1. Repérez vos talents internes qui montrent du potentiel
2. Investissez dans leur développement avec du coaching ciblé
3. Créez une culture de croissance continue qui retient et motive vos talents

 Arrêtez de perdre votre temps et vos ressources. Valorisez ce que vous avez déjà !
Contactez-moi pour découvrir comment mon **coaching stratégique** peut transformer votre équipe de l'intérieur.

TRANSLATION

Post 2/2

You might have gone through this common situation : **turnovers from important roles, endless staffing cycles, and a team getting slower and slower.**

A few months ago, a client came to me with these problems.
They had recruited highly qualified profiles, but alignment with the internal culture was never there.

Therefore, we aimed at something else :

Instead of diving into external recruitment again, we decided to promote an internal talent.

After my **personalized coaching**, she not only developed the skills to excel but she also earned her team's trust.

 **The results talk by themselves :**

- Enhanced team spirit 💪
- Drastic decrease of turnover costs 💰
- Revitalisation of the Company's culture and identity ☀️

Looking to reinforce your internal leadership ? Let's connect and talk about it. The solution is already within reach.

Post 2/2 variation

 40 % of external recruitments fail within 18 months.

Why ?

Because the answer is **right in front of you**.

Instead of always looking in the outside, have you thought about betting on your own team's potential ?

1. Find your internal talents who show potential
2. Invest in their development with personalized coaching
3. Create a durable growth to motivate your talents

 Stop wasting your time and resources. Enhance what you already have !

Contact me to discover how my **strategic coaching** can transform your team from the inside.