



Etre **Shine** ou comment  
apprendre à cultiver  
simplement sa force  
intérieure

---

**Conférences et ateliers**  
pour les entreprises par

**Juliette DUMAS**  
fondatrice de la Shine Academy

# Shine

c'est un état d'esprit

---



Pour mieux vivre ma vie et traverser quelques tempêtes, j'ai adopté un état d'esprit que j'ai imaginé et que j'ai baptisé Shine.

Dans Shine, j'ai d'abord mis beaucoup de **respect pour soi et pour les autres.**

Ensuite j'ai ajouté une bonne dose d'**estime de soi et d'enthousiasme.**

Et puis, j'ai enrichi avec du **bon sens, de la sagesse et des bonnes manières.**

# Comment je suis devenue Shine

---

Ca a commencé par...

L'envie d'avoir  
UN AUTRE ÉTAT  
*d'esprit*

**Voir le film,**

<https://www.youtube.com/watch?v=ZPUUbbT21UA>



# J'ai créé la Shine Academy pour les entreprises

---



Longtemps j'ai travaillé pour des entreprises, et notamment 13 ans chez TF1 et quelques autres années chez Euro RSCG...

Aujourd'hui je travaille avec elles, j'ai créé la Shine Academy.

Mes premiers clients sont **Bouygues Télécom, Meetic, Altran, Axa...**





## Les sessions de la **Shine** Academy

---

Avec la Shine Academy, **je propose et j'anime** des sessions pour les entreprises sous forme de conférences et d'ateliers interactifs pour apprendre à être Shine.

**Le contenu de chaque session** est imaginé sur mesure pour chaque entreprise en fonction de ses valeurs, de ses besoins, de ses objectifs et du temps : quelques heures, demi-journée ou journée entière, ou plus.

Point commun de chaque session : **du bon sens**  
Shine c'est un « reminder » de ce que l'on sait tous déjà au fond, mais on n'y pense pas ou plus

# Etre Shine dans l'entreprise

---



C'est une démarche collective, **pour mieux vivre et mieux travailler ensemble.**

C'est se donner les moyens à titre personnel **d'appréhender plus sereinement** les contrariétés et le climat ambiant et d'être plus performant.

Mon objectif est de **faire prendre conscience qu'un état d'esprit Shine permet de cultiver sa force intérieure** indispensable à chacun. Mon ambition est de **donner les clés** pour y arriver.



# Choisir d'être Shine

---

Si les résultats et les bénéfices d'un état d'esprit Shine est immédiat, c'est ensuite **à chacun de choisir d'être Shine.**

Pas de récompense à la clé, c'est une démarche très personnelle, un souhait profond et sincère de donner **à sa vie** professionnelle et personnelle **une autre couleur, une autre saveur et une autre ambition.**



# Shine Academy & partners

---

Quand j'ai créé la Shine Academy, j'ai rencontré des hommes et des femmes bienveillants et talentueux, **qui m'ont donné des clés pour avancer un peu plus, un peu mieux, sur ma Shine voie.** à mes côtés lors de sessions pour vous apprendre avec eux, à être Shine

**Je les invite à mes côtés** pour construire avec eux un programme global et notamment approfondir certains sujets du programme Shine.





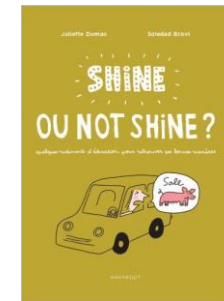
## Je suis auteur Shine

---

Entre deux sessions de la Shine Academy, **je publie régulièrement des chroniques** qui mettent en lumière un comportement et une attitude Shine. Matière à réflexion, source d'émotions, de réconfort ou de bonne humeur.

Je suis également **l'auteur de deux livres** parus aux éditions Marabout, « Briller en Ville » et « Shine ou not Shine ? » qui m'a valu le titre de Nadine de Rothschild 3.0 par le magazine Elle.

Je publie régulièrement différentes chroniques dans la presse.





On a tous au fond de nous  
quelque chose de  
**Shine**  
qui ne demande  
qu'à être exprimé

---

**Contact & renseignements**

[juliettedumas@brillerverville.com](mailto:juliettedumas@brillerverville.com)

06 66 39 02 72

[www.shineacademy.paris](http://www.shineacademy.paris)

[facebook/ShineAcademy](https://www.facebook.com/ShineAcademy) & Juliette Dumas

