



## TINA POITRAS

### LANGUES PARLÉES

Français, anglais et espagnol

### QUALIFICATIONS

Double olympienne  
Entrepreneure  
Conférencière  
Coach

### SPORT

Marche rapide

## QUAND LA PERFORMANCE OLYMPIQUE S'INVITE DANS L'ORGANISATION !

Comment appliquer les 9 réflexes olympiens pour accroître et maintenir une performance élevée au travail.

La conférencière personnalise les thématiques de ses conférences selon les défis et les objectifs de l'organisation. Conférences en français, en anglais ou en espagnol.

## QUI PROFITERA DES CONFÉRENCES ?

- Les dirigeants et gestionnaires
- Les équipes de ventes et de travail
- Les groupes professionnels et associations d'affaires

## PERSONNALISATION DES CONFÉRENCES

Quels que soient les défis et les objectifs – les vôtres et/ou ceux de votre organisation – Tina Poitras personnalise les thématiques de ses conférences et de ses ateliers-conférences pour mieux y correspondre. Elle

## LES CONFÉRENCES DE TINA POITRAS

Inspirée d'un modèle d'entraînement olympique, Tina Poitras démystifie les 9 réflexes que développent les athlètes d'élite pour se dépasser. Dans ses conférences, Tina dévoile ses secrets pour maintenir une pratique délibérée malgré la pression environnante. Elle révèle comment on peut appliquer ce processus quotidien en entreprise pour accroître la performance des équipes. Les participants aux conférences découvrent des techniques innovantes et dynamisantes qui déclenchent leur « technologie interne » et « musclent » leur enthousiasme et leur motivation.

## QUEL SERA LE R.O.I.? (RETOUR SUR INVESTISSEMENT)

- Des résultats probants
- Une harmonie personnelle rehaussée
- Un accroissement de la responsabilisation de chacun
- Une incitation au dépassement professionnel et personnel

interroge, analyse, recherche et consulte au besoin pour s'assurer de développer des thèmes auxquels s'identifieront les participants. Elle aspire ainsi à décupler le retour sur l'investissement de ses clients.



## 3 CONFÉRENCES « PERFORMANCE »

« L'excellence n'appartient pas qu'à une élite. Trop souvent, on surévalue le talent au détriment de la méthode. La haute performance résulte d'un processus accessible à quiconque souhaite atteindre les sommets de son art. » -Tina Poitras

Tina propose 3 formats d'atelier-conférence pour bien correspondre aux exigences de sa clientèle. Ainsi, on peut opter pour les formules 1/2 journée, 1 jour ou 3 jours pour aborder, globalement ou en profondeur, des outils et des notions de communication qui, en peu de temps, inspireront confiance, crédibilité et ouverture chez vos prospects.

### TINA POITRAS EN CHIFFRES

- Plus de 1500 dirigeants et professionnels formés en 5 ans
- 1<sup>ère</sup> entreprise acquise par Bill Gates
- 6 fois championne canadienne
- 30 000 heures d'entraînement en 24 ans
- Plus de 20 ans d'expérience à créer/gérer des équipes de ventes performantes
- Double olympienne en marche 10KM à Barcelone (1992) et à Atlanta (1996)
- Plus de 43 000 km parcourus, 144 paires de chaussure

### MAÎTRISEZ LES 9 RÉFLEXES OLYMPIENS Performance et constance

Destinée à toute personne ou équipe qui cible des objectifs élevés, cette conférence démontre comment intégrer les habitudes olympiennes en 30 jours. Tina Poitras y explique quels sont les attitudes et les comportements à adopter pour créer de nouveaux chemins neuronaux dans

le cerveau afin de mieux réussir sa vie professionnelle avec aisance et constance. Son approche s'inspire des 9 réflexes que développent les Olympiens pour augmenter et maintenir un niveau élevé de performance de façon constante.

**Durée : 20 à 90 minutes**

### EXPLOITEZ VOTRE POUVOIR ÉNERGÉTIQUE Performance, aisance et pleine conscience

Dans le cadre de cette conférence, Tina Poitras dévoile comment éveiller la confiance en soi et l'énergie nécessaire pour sortir de sa zone de confort. Elle explique comment développer de nouveaux « muscles » de motivation interne et comment maintenir la constance d'un

stress agréable sans détresse. Dynamisante et interactive, cette conférence amène les participants à activer leur « technologie interne » pour franchir les obstacles et se dépasser dans la pleine conscience.

**Durée : 20 à 90 minutes**

### DÉVELOPPEZ LES 7 MUSCLES DU CHAMPION-VENDEUR Performance et ventes

Cet atelier-conférence intéressera surtout les directeurs et les équipes de ventes. Tina Poitras s'adresse aux représentants qui commettent l'erreur de s'exprimer comme des experts plutôt que comme des conseillers séniors. Elle démontre comment s'appuyer sur l'écoute active pour articuler une offre qui intéressera les décideurs-clés. Les participants apprendront à obtenir

plus de rendez-vous avec la haute direction et à formuler une proposition puissante permettant de clore plus de ventes, plus rapidement.

**Durée : 1/2 journée,  
1 jour ou 3 jours**