

Arbre de vie

En atelier collectif, présenter son parcours professionnel sous la forme d'un arbre de vie afin de nous permettre de :

- Se découvrir
- Se connecter à nos valeurs, à ce qui nous a construit
- Faire émerger des compétences, des ressources
- Retrouver notre capacité à être, nos envies, notre force et notre estime de soi.



UN
TREMLIN
POUR **elles**

Ennéagramme

Mieux se connaître et mieux comprendre les autres

En collectif, cet atelier a pour objectif de :

- Découvrir les 3 intelligences et les 3 centres de l'ennéagramme.
- Comprendre les 9 modes de fonctionnement des profils-types
- Appréhender son mode de fonctionnement, l'impact avec les autres.



Atelier d'entraide avec l'outil «co-développement»

Outil puissant d'intelligence collective, qui permet d'enrichir son expérience. Il permet d'être actrice, d'échanger, de décroisonner des métiers, d'apprendre et de se mettre en question ensemble.

- Aider à définir votre projet professionnel
- Répondre à une préoccupation du moment
- Solutionner une problématique concrète
- Un facilitateur pour clarifier les interrogations liées à des parcours professionnels.



Nos Ateliers Collectifs avec pour objectifs :

- **regagner confiance en soi**
- **rompre l'isolement, échanger**
- **mieux se connaître, identifier ses atouts et ses compétences**

Trouvez votre IKIGAÏ "Invitation pour aller à la découverte de mon Ikigaï : ma raison d'être au quotidien"

Il s'agit de trouver sa voie en étant à l'écoute de ce qui nous anime intrinsèquement. De faire naître de nouvelles idées et ainsi permettre d'explorer de nouvelles pistes.

Identifier et reconnaître ses compétences "douces"

- Trouver des arguments
- Valoriser vos expériences
- Assumer vos points d'amélioration

