



SEMINAIRES DE RESSOURCEMENT ET DE DEVELOPPEMENT PERSONNEL POUR DIRIGEANTS, MANAGERS D'ENTREPRISES ET AUTRES PERSONNES INTERESSEES

Objectifs : Les séminaires ont été conçus pour que vous vous décolliez du quotidien, que vous repreniez du souffle, que vous vous reconnectiez à vos besoins existentiels et reconstruisiez de la joie et de l'optimisme pour pouvoir repartir sur votre chemin personnel et professionnel.

Public : les séminaires ont été pensés pour les dirigeants et managers d'entreprises mais sont destinés à toute personne intéressée par la démarche

Durée : 4 jours (arrivée le dimanche à partir de 18 heures et départ le jeudi à partir de 16 heures)

Dates en 2021 : avril, juillet et octobre (les dates précises seront communiquées d'ici fin janvier)

Lieu : domaine de Syam, Jura <http://www.villa-palladienne.chateaudesyam.fr/accueil-1-1.htm>

Nombre de participants : 6 minimum/10 maximum

Programme :

EN AMONT DU SEMINAIRE

Inventaire Process Com via internet

L'inventaire permet de prendre connaissance de son immeuble de personnalité, d'identifier ses besoins fondamentaux, de prendre conscience de ses comportements sous stress

PROGRAMME DU SEMINAIRE

Apprendre à écouter ses émotions et celles des autres

*Ecoute et partage en groupe

*1 séance de coaching individuel par participant sur demande

Evacuer les tensions et le stress

*Massages individuels

*Ateliers de relaxation/méditation

*Ateliers de coaching somatique (recentrage corporel)

*Ateliers création manuelle

Retrouver de la joie, de l'optimisme, du sens

*Ateliers cuisine

*Jeux pédagogiques pour renforcer sa psychologie positive

*Activités nature

*Veillées à thème

Repartir plus serein avec des outils pour mieux gérer le stress et répondre à ses besoins

*Atelier « approfondir la connaissance de ses besoins et ceux des autres et identifier ses comportements sous stress » sur la base du modèle Process Com

*Atelier « gérer son stress et se connecter à ses forces et ressources » outils AT

POST SEMINAIRE

*1 séance de coaching individuel par participant

L'équipe :

Rachel Theureaud : Coach Professionnelle/Consultante en Relations Humaines et Management – En charge de la communication -

Philippe Thivet : Certified Coach Process Communication Model®/Médiateur - En charge du budget -

Eléonore Bellenoue : Organisatrice et Animatrice d'Evènements – En charge de l'organisation opérationnelle et logistique -

Edith Loye : Masseuse certifiée par l'Ecole Européenne du Toucher-Massage®Joël Savatofski – Intervenante -

Emmanuel Chamouton : Chef à domicile – Table Tic Tac Toque – Intervenante et Chef -

L'investissement :

Frais pédagogiques : 2050€ HT comprenant les 4 jours de séminaire + les 2 séances de coaching individuel + l'inventaire personnel Process Com

Hébergement + repas pour les 4 jours : 615€ HT