

Séminaire « du JEU au NOUS »

Vivez une journée ludique, de mouvement et de partage

Ce séminaire est une invitation à faire une pause, pour prendre du recul, développer la connaissance de soi et entrer en relation de manière plus fluide.

Objectifs

- Développer sa confiance
- Développer ses capacités relationnelles
- Renforcer sa liberté d'action
- Développer l'intelligence collective
- Vivre des moments créatifs

Du Jeu au Nous

Notre approche

Elle consiste d'abord à instaurer les conditions de la confiance dans le groupe avec la création d'un espace bienveillant, d'écoute et de partage. Au cours de cette journée, les participants sont invités à vivre des moments ludiques de mouvement, en expérimentant la relation par le jeu. Après chaque expérience, chacun est invité à échanger sur son vécu, facilitant ainsi la prise de recul. Des apports théoriques viennent éclairer les prises de conscience et permettent d'ancrer les apprentissages.

Les participants en parlent

- « Cette journée a été une réelle parenthèse pour moi. Elle m'a apporté de la joie, des rencontres, des échanges riches et des temps d'introspection. »
- « Cette journée m'a aidé à ajuster ma « posture » par rapport aux autres, en étant dans l'écoute, mais aussi dans l'action. »
- « Une animation très fine, suggérée, qui place les participants au cœur de la journée. »

QUI SOMMES NOUS ?

Mathilde LAOË et Sylvain CHÉRY
Coachs professionnels et diplômés de l'IAE de Toulouse. Notre co-animation permet de porter une attention particulière à chaque participant et d'accompagner le collectif à grandir ensemble.



Sylvain CHÉRY
sylvain@eclosyscoaching.fr
06.81.65.81.92
www.eclosyscoaching.fr



Mathilde LALOË
hironnelleconsulting
@free.fr
06.33.85.21.07
www.hironnelleconsulting.com

