

## SPÉCIAL FEMMES : MOBILISEZ VOTRE FORCE VIVE

### *De la force vive au feu féminin*

**Résumé :** Vous êtes une femme ? Vous avez la sensation d'être limitée dans l'expression de vos talents ? ... Comme si une part vitale de vous-même était inaccessible ou inexprimée ? Ressentez-vous des besoins d'indépendance, d'autonomie, de liberté pour élargir votre champ d'action et vous réaliser ? Et si aujourd'hui vous vous autorisiez à trouver et vivre une nouvelle harmonie en satisfaisant ces besoins tout en rayonnant votre essence féminine ?

#### Participants :

Dirigeante, manager, responsable d'équipe, toute femme désireuse d'extérioriser ses forces motrice et créatrice et trouver son harmonie personnelle

#### Intervenants :

Sophie Volatier et Jean-Michel Boscher

#### Objectifs :

Apprendre à :

- Oser, affronter voire imposer, refuser
- Prendre des initiatives, créer, entreprendre, s'engager
- Mener à bien les projets qui vous tiennent à coeur en respectant vos valeurs et celles des autres

#### Méthode pédagogique :

- Pédagogie participative
- Apports théoriques
- Bilans personnels
- Exercices pratiques

#### Formations complémentaires :

- Special femmes : vivre ses valeurs profondes
- Équilibrer vie personnelle et vie professionnelle

#### Suivi optionnel :

Séance(s) individuelle(s) pour consolider la mise en pratique de la formation

#### Durée :

3 jours

#### Référence :

SFMFV - 0408

#### Tarif :

[Obtenir un tarif](#)

#### Programme :

- Découvrir sa force vive
- Libérer et canaliser sa force vive : enjeux, contradictions, précautions liées au contexte
- Faire coïncider sa force vive et ses valeurs
- De la force vive au feu féminin :  
Connaître la dynamique de ses forces personnelles, trouver son harmonie, rayonner son feu féminin

#### Les points forts de cette formation :

- Exercices et mises en situation
- Intégration de la dimension corporelle
- Co-animation mixte permanente
- Elaboration d'un plan d'action personnel

Conseils ou renseignements, contactez-nous :

Fixe : 09 64 04 47 74

S. Volatier 06 67 68 14 14  
JM Boscher 06 76 40 08 77

Courriel : [contact@surfonchange.com](mailto:contact@surfonchange.com)