

Coming into your own

J'ai rendez-vous avec moi

Un programme pour les femmes



« Devenir ce que nous sommes n'est pas la formule de la facilité mais le chiffre secret d'une conquête. »

Christiane Singer
Les Ages de la vie.

CIYO (Coming Into Your Own), traduit en français par « J'ai RDV avec moi », est un programme de développement personnel destiné aux femmes qui souhaitent se poser, se renouveler et approfondir leurs capacités féminines de dialogue et de leadership.

Nous aidons les femmes à se retrouver elles mêmes et à mener des vies qui tiennent compte des aspects féminins de leur identité et aussi du monde extérieur.

Notre approche prend en compte l'individu dans sa totalité - les dimensions physiques, intellectuelles, émotionnelles et spirituelles de chaque femme - pour encourager une profonde introspection. L'appel individuel avant et après le programme permet d'initier et centrer le travail sur chaque femme. Le travail en groupe durant le programme élargit la transformation grâce au partage qui ouvre de nouvelles perspectives.

Ce travail, une femme à la fois, un groupe à la fois, contribue à créer des relations plus riches et plus fécondes et permet aux participantes de faire face aux profondes tensions de notre époque. Les participantes aux programmes précédents ont exprimé leur joie profonde à se retrouver face à soi en vérité.

Depuis 20 ans, nombre d'organisations ont envoyé des participantes au CIYO: EdF, Hewlett-Packard, Nokia, Banque Mondiale, Shell, Boeing, BP, Guides et Scoutes. De nombreuses femmes ont également décidé de participer individuellement, qu'elles soient au foyer, à la retraite, indépendantes, artistes, actives, de tous âges et horizons. Notre diversité est notre richesse!

Le ratio de 4 participantes par accompagnatrice garantit l'attention particulière pour chaque participante.

Un programme francophone se tiendra du 20 au 24 Mai 2015 à Baye à 2h15 de Paris. Entourées d'une nature paisible, dans un cadre chaleureux et calme, le lieu reste à un prix abordable qui permet à des participantes de tous milieux sociaux de se retrouver en limitant les coûts pour toutes, tout en pouvant accueillir chaque femme en chambre individuelle (sanitaires partagés).

Nous savons par expérience que les femmes peinent à investir dans leur propre développement, en temps et en argent. Si nous encourageons les autres à se développer, nous peinons à le faire nous-même. Nous invitons chacune des lectrices de cette invitation à imaginer quelle serait sa réaction si une amie lui demandait si elle devrait y aller. Si vous encourageriez votre amie à y aller, vous devriez sans doute l'envisager pour vous-même...

Pour tout renseignement:

<http://rdvavecmoi.strikingly.com>

Laure le Douarec

+33 6 88 50 14 09

laure@2d4b.com

Pour des témoignages d'anciennes, voir:

<http://goo.gl/oOk394>

UNE INVITATION

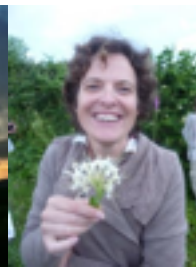
Lors de ce programme nous aidons chaque femme à découvrir où elle en est sur le chemin de sa vie.

Ensemble nous :

- Explorons les âges et étapes propres à la vie des femmes
- Identifions et commençons à dépasser certains des obstacles qui nous empêchent d'être pleinement nous-même.
- Renforçons nos capacités inexploitées.
- Voyons notre réalité personnelle actuelle selon 4 perspectives et la modelons pour libérer le potentiel que nous discernons.

Nous expérimentons les 4 perspectives dialogiques par des exercices kinesthésiques.

Nous utilisons de courtes présentations, des dialogues, de l'écriture, des poèmes pour aborder les aspects de votre vie actuelle que vous souhaitez approfondir: le travail, les relations humaines, la famille...





Coming Into Your Own J'ai rendez-vous avec moi



dans la Maison Familiale de Baye (2h15 de Paris)
du 20 au 24 Mai 2015

LOGISTIQUE

Où et Quand?

Du 20 Mai 14h au 24 Mai 15h

dans la **Maison Familiale de Baye** à 2h de Paris.

Coûts par personne

Entreprises: €1200 + TVA

Individuel early birds (jusqu'à Décembre): €600 sans TVA

Individuel après Décembre: €700 sans TVA

Prix pour les Amies de La Vie: €400 sans TVA

Prix pour les Amies de La Vie (jusqu'à Décembre): €350 sans TVA

Don à la discrétion de chacune

Un système de bourse existe, financé par les dons. Chaque demande est étudiée en fonction des fonds disponibles.

Contactez Laure.

Le nombre maximum de participantes est de 16.

Repas et chambres

Le prix de la pension complète en chambre individuelle est de 200€ pour les 4 jours. Là encore, des réductions/bourses sont possibles.

Paiement et annulation

Le paiement est dû à l'inscription.

Aucun remboursement après le 20 Janvier.

Coaching

Un appel individuel accueille chaque participante 1 mois avant la rencontre.

Un appel d'une heure par téléphone avec l'une des accompagnatrices 1 mois après le programme approfondit l'expérience.

Inscription sur <http://goo.gl/3ZNrJP>

Merci de remplir le **formulaire en ligne**.

Laure le Douarec répond à vos questions: laure@2d4b.com



Laure le Douarec

Après Sciences Po Paris et un Master en Management (UK), Laure a travaillé en entreprise pendant 10 ans à l'international entre Londres, Chicago, et Paris dans les Ressources Humaines, la Formation, le Coaching, le Développement Durable, et la Diversité. Elle a terminé sur des postes à responsabilité mondiale.

En 2009, elle a fondé l'association 2d4b pour fédérer l'énergie qu'elle ressentait en elle et dans son réseau pour approfondir les valeurs qui lui semblent essentielles: dialogue, diversité, incarner le changement qu'on souhaite voir, et sobriété heureuse.

Administratrice d'une ONG de microfinance, elle a travaillé avec Madagascar. En 2012, elle a publié un livre sur les méthodes d'animation de groupe: **Gatherings**. Aujourd'hui Associée dans le Cabinet Pluribus pour du conseil spécialisé dans l'inclusion et la diversité, elle pratique l'aïkido assidument. Mariée depuis 14 ans, âgée de 37 ans, Laure a 3 enfants et vit actuellement à Paris.



Blandine Cléré

Après une expérience au sein d'une multinationale américaine à des postes opérationnels, Blandine s'est interrogée davantage sur l'homme au travail: le sens de son activité, le développement de son bien-être et de sa santé au travail.

Suite à une reconversion et une formation longue, elle s'est tout d'abord consacrée à l'accompagnement en individuel et en groupe de publics exposés à des changements professionnels. Aujourd'hui Psychologue du travail et Formatrice, elle intervient auprès de salariés et de particuliers dans le domaine de la Santé au travail (consultation, formations, interventions collectives, ateliers).

Depuis 2011 elle vit à Rennes avec son conjoint et leurs 2 filles de 5 ans.



Frédérique Legrand

Après Sciences Po Paris et un master en sciences économiques et sociales, Frédérique a travaillé plus de 20 ans dans une grande entreprise du secteur de l'énergie. Elle y a occupé des postes opérationnels et fonctionnels dans les secteurs de la communication et des ressources humaines que ce soit dans des unités de production ou dans les services centraux.

Deux postes différents lui ont permis de se familiariser avec le développement à l'international. Elle occupe actuellement un poste de dirigeante régionale de l'emploi.

Très impliquée dans le réseau de femmes de son entreprises, elle anime des groupes de codéveloppement afin de favoriser la carrière de ces jeunes femmes.

Coach certifiée, elle est bénévole dans une association afin d'aider les jeunes en recherche d'emploi. Agée de 64 ans, mariée et mère d'un fils de 30 ans, elle partage sa vie entre son jardin en Normandie et Paris.



Virginie Allard

Après l'Institut Supérieur de Commerce de Paris, Virginie a effectué 3 ans de missions humanitaires en Bosnie, au Burkina Faso et Burundi. Cette expérience fondatrice lui a donné la passion de l'être humain, de la diversité et du « vivre ensemble »; valeurs qu'elle a toujours mis au centre de ses activités personnelles et professionnelles.

Après 8 années passées dans le recrutement et la formation, elle a participé à la création de l'association A Compétence Egale au poste de Déléguée Générale pendant 3 ans. Elle y fédérait 50 cabinets de recrutement engagés dans la promotion de la diversité à l'embauche.

Depuis juin 2012 Virginie se consacre à l'accompagnement, des équipes et des organisations qui désirent inventer leur futur collectivement. Elle accompagne en particulier des programmes de leadership, diversité et travail collaboratif avec l'aide d'outils d'intelligence collective (forum ouvert, world café, cercles de dialogue...) et de méthodes de gouvernance (sociocratie, holacracy...). Elle adore guider les femmes vers leur rendez-vous avec elle-même.



www.ashlandinstitute.org

La conception de ce programme a été possible grâce au Fetzer Institute (USA) in 1997. Les pratiques collectives utilisées ont été développées dans Dialogos et le Ashland Institute.