



Ateliers

ATELIER COMPÉTENCES
ATELIER ARBRE DE VIE
ATELIER PROJET
ATELIER IKIGAI
INFOS PRATIQUES

Calendrier, dates et inscription : <https://www.alacroisee-deschemins.fr/ateliers/>

ATELIER COMPÉTENCES

De l'expérience aux compétences : comment je les vis, comment j'en parle ?

Lorsque je parle de mes expériences professionnelles ou extra-professionnelles, quel message je fais passer ? Que retient l'autre de moi ? Comment rendre mon discours plus percutant ?

A partir de regards croisés ainsi que d'une approche ludique sur vos expériences, cet atelier vous permettra de mieux comprendre comment vous pouvez rendre plus efficace votre discours en face votre interlocuteur et vous donnera des clés pour mieux identifier vos compétences et mieux vous connaître.

Les objectifs de cet atelier :

- vous prendrez conscience de la richesse de vos expériences,
- vous apprendrez à mieux identifier vos compétences, à en parler et vous en servir pour rendre votre discours plus percutant,
- ce sera aussi l'occasion de prendre conscience de vos biais, freins, ou obstacles pour ce faire.



ATELIER
"DE L'EXPÉRIENCE
AUX COMPÉTENCES"
Comment je les vis,
comment j'en parle ?

ATELIER ARBRE DE VIE

Apprendre à se connaître et se reconnecter à ses racines

Envie d'une petite touche écologique et de vous reconnecter à la terre

et à vos racines ? Cet atelier est fait pour vous !

L'arbre de vie, millénaire, vous permettra à

partir d'un conte, de retrouver l'essence de vous-même et de (re)goûter à votre terreau et vos fruits ! Vous repartirez de cet atelier avec une meilleure connaissance

de vous-même et de tout ce qui vous rend unique, tout en ayant un support qui continuera de vous accompagner tout au long de votre parcours.

Les objectifs de cet atelier :

- prendre de conscience de ce qui nous a construit, nourri, enrichi,
- prendre conscience de ses spécificités, ses couleurs et son unicité,
- savoir identifier ses freins, ses limites, ses biais pour mieux accepter sa réalité.



ATELIER
"ARBRE DE VIE"
Apprendre à se connaître
et se reconnecter
à ses racines



ATELIER PROJET

Oui, c'est possible !

Du projet idéal au projet réaliste

Besoin de vous projeter dans votre avenir professionnel ? D'un petit coup de pouce pour avoir des idées ? Envie de mettre du concret dans vos projets ? De faire un pas vers plus de réalisme ? Cet atelier vise à utiliser l'intelligence collective pour avoir les pieds sur terre tout en gardant de vue votre idéal.



**ATELIER
"DU PROJET IDEAL
AU PROJET REALISTE"**

Les pieds sur terre,
la tête dans les étoiles

Les objectifs de cet atelier :

- ouvrir sa vision du champ des possibles qui s'offre à soi,
- avoir des clés pour passer d'un projet idéal à un projet réaliste,
- pouvoir s'ancrer dans le concret, l'action et la mise en œuvre.

ATELIER IKIGAI

Se sentir à sa place dans sa vie professionnelle

Vous souhaitez vous découvrir sous un nouveau jour ? Faire appel à votre créativité et à l'intelligence collective pour élargir votre réflexion ? Que ce soit en collectif ou en individuel, nous vous accueillons au sein cet atelier pour réenchanter votre vie professionnelle.



**ATELIER
"IKIGAI"**

Pour plus de plaisir et
de sens dans nos vies
professionnelles

Les objectifs de cet atelier :

- vous initier au modèle de réflexion sur sa vie professionnelle qu'est l'ikigai,
- défricher les 4 grandes questions,
- prendre de la hauteur sur sa vie professionnelle.

INFOS PRATIQUES

- Ateliers ouverts à tous !
- Groupes de 8 participants pour une qualité maxi
- Ces ateliers peuvent se faire indépendamment les uns des autres ; ils peuvent se faire en programme individualisé de plusieurs ateliers successifs ; ils peuvent aussi être intégrés à un accompagnement complet de type bilan de compétences
- Atelier de 3 heures, en matinée ou en après-midi. Possibilité de poursuivre l'échange ensuite avec les participants
- Tarifs : plein 150€ ; réduit (demandeurs d'emploi, RSA) 90€ ; tarif spécial anciens clients 50€
- Inscription préalable obligatoire
- Lieu : Strasbourg – le lieu précis vous sera indiqué pour chaque atelier quelques jours avant
- Pour toute question, contactez-nous : contact@alacroisee-deschemins.fr

**Vous ne trouvez pas votre bonheur ?
Contactez-nous, et parlons-en !**

