

Module 4 du cycle « Expert » - 27 et 28 octobre 2018

Samedi 27 octobre 2018			
Début	Orangerie	Grande salle	Salle du bas
Accueil 08h45 Start 09h00	<p>« De la mémoire de poisson rouge à la mémoire d'éléphant. »</p> <p>Par Laurence Beaufays</p> <p>De connaissance en connaissance, c'est notre identité qui se transforme. Acquérir une nouvelle information est très loin d'être un acte anodin, c'est le début d'un nouveau changement dans notre conception du monde et de nous-mêmes. Appropriiez-vous des méthodes ludiques pour vous permettre d'optimiser rapidement votre capacité de mémorisation et de concentration. Le début de votre nouvelle métamorphose !</p>	<p>« Ikigai »</p> <p>Par Hélène Barbier</p> <p>Pour quelles raisons vous levez-vous chaque matin ? qu'est-ce qui manque aujourd'hui à votre épanouissement, à votre équilibre ? L'ikigai est un outil pratique qui vous aidera à clarifier le sens que vous voulez vraiment donner à votre vie. Car il n'est pas trop tard pour devenir qui vous auriez aimé être ...</p>	<p>« Même lorsqu'elle recule la rivière avance ... Ses irrégularités, ses revirements, son cours tantôt linéaire, tantôt sinueux révèle avec pertinence son cheminement profond »</p> <p>Par Valérie Graindorge</p> <p>Un atelier ludique qui investigate, retrace et relie ensemble les points de notre existence pour en discerner les facteurs d'évolution, pour y puiser nos ressources, nos forces et singularités, et nous aider à nous engager devant la croisée des chemins.</p>
10h15	<p>« Notre authenticité est notre meilleure carte de visite face à nos interlocuteurs, comment pouvons-nous en prendre conscience et la développer pour nous rendre meilleur ? »</p> <p>Par Serge Van Vuchelen</p>	<p>« Renforcer l'estime de soi des enfants et des adolescents »</p> <p>Par Emilie Lucas</p> <p>Comment formuler nos encouragements de manière à renforcer efficacement l'estime des enfants. Atelier interactif abordé sous l'angle de l'éducation positive et du coaching.</p>	<p>« Laissez libre cours à votre imagination et osez explorer votre créativité dans l'instant présent ! »</p> <p>Par Fanny Seller Dewaleyne</p> <p>Grâce à l'outil du Mandala, vous pouvez décider d'être encore plus en contact avec vos qualités de présence et de conscience de vous-même.</p>
11h15	<p>« Harmonisez-vous ! »</p> <p>Atelier expérimental par Graziella Faraci</p> <p>Expérimentez une technique énergétique corporelle. A utiliser où et quand vous en avez besoin. Pour vous harmoniser, vous booster ou lâcher prise.</p>	<p>« Parlez-vous les 5 langages de l'amour ? »</p> <p>Par Charlotte van Lidth</p> <p>La découverte des « 5 langages de l'amour » va transformer la qualité de vos relations en vous apprenant à identifier et utiliser le langage privilégié de chacun de vos proches. Après cet atelier, leur montrer « efficacement » votre amour sera désormais à votre portée</p>	<p>« 1+1=3, cherchez l'erreur »</p> <p>Par Hélène Flamand</p> <p>Partout dans le monde, le changement est devenu une constante. Qu'est-ce qu'il fait que certains réussissent mieux que d'autres ? Et si Darwin avait oublié une variable en établissant la théorie de la sélection naturelle ?</p>
12h15	<p>« Le rêve de Walt Disney »</p> <p>Par Maria Moleira</p> <p>Pour créer une chose vraiment extraordinaire commencez par la rêver, ensuite réveillez-vous calmement et allez d'un trait jusqu'au bout du rêve sans jamais vous laisser décourager (W. Disney). Vous voulez comprendre comment arrêter de saboter vous-même vos propres rêves ? Alors rejoignez-nous dans cet atelier de créativité.</p>	<p>« Venez jongler avec les 6 chapeaux de Bono »</p> <p>Par Marie C. Willocx</p> <p>Mettez de la couleur dans vos prises de décision pour plus de rapidité et d'efficacité ! Outil à utiliser sans modération, aussi bien avec des enfants qu'avec des Prix Nobel.</p>	<p>« Energy Leadership »</p> <p>Par Marie-Pierre Gustin</p> <p>Dans ce monde tout est énergie. Certaines situations vous épuisent et d'autres vous réjouissent. Venez découvrir une méthode qui vous permettra de reconnaître l'énergie qui domine une situation et/ou votre état d'esprit et de l'élever vers un niveau plus propice à votre mieux être, l'ouverture et la créativité.</p>

13h15-14h15	LUNCH		
14h30	<p>« 1+1=3, L'intelligence collective dans les équipes »</p> <p>Par Marlène Montheillet</p> <p>Quelles conditions pour la développer ? Comment la déployer ? Des outils concrets, une expérience et du fun !</p>	<p>« Nos intelligences sont multiples et souples ! » Les découvrir nous permet de les stimuler pour atteindre notre épanouissement personnel.</p> <p>Par Valérie Watillon</p> <p>En prendre conscience nous révèle notre potentiel et nos mécanismes d'apprentissage. Un bel outil pour nous rendre plus habiles envers nous-même et les personnes avec qui nous vivons, travaillons, ...</p>	<p>« Que d'émotions ! » Elles nous chamboulent, nous échappent, nous enthousiasment, nous dérangent, ...</p> <p>Par Nathalie Gilly</p> <p>Nos émotions colorent notre quotidien de tons multiples et nuancés. (Re)découvrez comment les reconnaître, les accueillir, et identifier les besoins qu'elles révèlent.</p>
15h30	<p>« ADKAR ! »</p> <p>Par Sébastien Alsteens</p> <p>Le changement est omniprésent dans nos vies. Que ce soit dans notre environnement professionnel ou privé, nous faisons constamment face à de petites ou de grandes transitions : une bonne résolution à Noël, l'envie d'une vie différente, une réorganisation d'équipe, ... Pourquoi certaines transitions fonctionnent et d'autres bloquent ou ne perdurent pas ? Je vous propose une grille de lecture qui peut vous aider dans cette compréhension. On utilisera des exemples concrets et on tentera de faire le lien avec le coaching ... ADKAR est aujourd'hui l'outil le plus utilisé dans les organisations à travers le monde pour conduire le changement. Depuis que je l'ai découvert, je m'y réfère très régulièrement. Je me réjouis de partager avec vous cet outil en apparence simple mais qui peut être très puissant.</p>	<p>« Pas besoin d'être un diable rouge, lauréat du prix Nobel ou meilleur vendeur de l'année pour fêter une réussite. »</p> <p>Par Isabelle Kuntziger</p> <p>Tous les jours, nous avons des raisons de nous réjouir de ce que nous réalisons. Et pourtant, trop souvent, nous cédon au pessimisme et avons tendance à plutôt voir ce qui ne marche pas ou ce qui reste encore à faire. Changeons de perspective et découvrons ensemble comment identifier et célébrer nos réussites au quotidien pour en faire un moteur de notre action.</p>	<p>« M.O.R.E. pour devenir coach à 100 % »</p> <p>Par Jorgo Riss</p> <p>Alors que seulement 20 % de la communication est verbale, comment utilisez-vous les autres 80 % ? Nous avons tous des ressources non verbales pour renforcer nos qualités de coach. Quelle est la place que vous donnez au non-verbal dans vos interactions ? Développez vos capacités non verbales avec l'outil M.O.R.E. et mettez-les en action pour une communication optimale.</p>
16h30	<p>« La cohérence cardiaque »</p> <p>Par Samuel Dehez</p> <p>5 minutes pour diminuer votre stress et bien plus ...</p>	<p>« L'exercice des petits bonshommes allumettes »</p> <p>Par Catherine Barbier</p> <p>A la découverte d'un outil simple et efficace qui permet de se libérer de ses liens d'attachement conscient ou inconscient.</p>	
Fin à 17h30			

Dimanche 28 octobre 2018

Heure	Orangerie	Grande salle	Salle du bas
Début 09h30	<p>« Les 5 langages de l'amour »</p> <p>Par Catherine Sintzoff</p> <p>Vous pensiez que l'amour était un langage universel ? Eh bien, ce n'est pas tout à fait vrai. Grâce aux 5 langages de l'amour, vivez des relations plus harmonieuses avec vos proches et avec vous-même.</p>	<p>« Votre main est essentielle »</p> <p>Par Andréa Cornez</p> <p>Elle peut être gauchère ou droitère, elle salue, elle caresse, elle rassure, elle confronte, elle poigne, elle cuisine, elle peint, elle dessine, elle bricole, elle écrit, elle masse, et si en plus elle pouvait vous aider à faire le point sur une situation difficile ... Vos 5 doigts se transforment en opportunités de voir votre problématique avec un regard et un questionnement de coach.</p>	<p>« Le plan de confiance : comment vous construire plus fort ! »</p> <p>Par Hélène Ruiz Fabra</p> <p>Pendant l'atelier nous allons découvrir ensemble et d'une manière interactive ce qu'est la confiance, ce qu'elle signifie pour notre vie et comment nous pouvons nous construire plus fort autour d'elle ! En utilisant notre créativité, les outils proposés sont couramment utilisés dans le coaching de talents, la psychologie positive et les enseignements des penseurs tels que Sir Ken Robinson.</p>
10h30	<p>« Vous voulez découvrir qui vous êtes et ce à quoi vous aspirez vraiment ? »</p> <p>Par Anne Jardin</p> <p>Venez réfléchir intensément à ces questions tout en jouant.</p>	<p>« Quel lien, quelle concordance entre valeurs et émotions ? »</p> <p>Par Louis Lambert</p> <p>Raconte-toi ta propre histoire, visualise ton propre film, écoute ta propre musique, invente-toi ta propre danse, pour te mettre en mouvement, t'accrocher et t'ancrer dans la réalisation de ton propre projet, de ton propre objectif !</p>	<p>« Mieux se connaître, mieux comprendre les autres grâce à l'Ennéagramme »</p> <p>Par Patricia Muñoz Tavira</p> <p>Sans que nous en ayons conscience, 3 instincts ou sous-types gouvernent nos choix : l'instinct de conservation, l'instinct sexuel (ou d'attraction) et l'instinct social (ou adaptatif). Comprendre notre sous-type est un moyen puissant de développer la conscience de soi, d'améliorer nos relations et de nous distancier de l'ego.</p>
11h30	<p>« Les cercles restauratifs »</p> <p>Par Olivier Lecomte</p> <p>Les conflits existent dans tous les groupes humains. Comment en profiter pour en sortir grandis ? Comment dépasser des schémas bien ancrés qui nous poussent, par exemple, à rechercher les fautifs ? Comment dépasser notre sentiment d'impuissance face aux conflits ? Les cercles restauratifs : un moyen de "faire la paix" avec le conflit.</p>	<p>« Que votre parole soit impeccable »</p> <p>Par Sybille de Ribaucourt</p> <p>Quels sont les OUI qui me nourrissent et me feront vivre plus intensément ? Mon choix, Mon opinion ou Ma réponse, comment les partager, comment les exprimer ? Comment faire pour que chaque projet commence par un vrai OUI ? Je vous donne rendez-vous pour un voyage au pays de l'assertivité.</p>	<p>« Réalisez et exploitez votre véritable potentiel en équilibrant l'utilisation des 3 centres d'intelligence. »</p> <p>Par Thomas Delpierre</p> <p>La personnalité est composée de trois grandes fonctions d'égale importance : le centre d'action ou centre instinctif, le centre émotionnel et le centre mental, qui coexistent, coopèrent et s'opposent dans les diverses situations de la vie. Réalisez et exploitez votre véritable potentiel en équilibrant l'utilisation de ces 3 centres d'intelligence qui vous font agir, ressentir et penser.</p>
Fin à 12h30			