

## Cap sur le futur

### Dynamiser ses ressources pour construire son avenir

#### Inter à Paris



**3 participants maxi**  
**Réalisation assurée**  
**aux dates prévues**

**Durée : 2 jours + indiv.**

**Dates :**

4 – 5 mai

22 – 23 juillet

16 – 17 décembre

**Prix HT : 1.690 €**

- ♦ Clarification des objectifs
- ♦ Travail en journées
- ♦ Session Individuelle de suivi et conseils personnalisés : 1 H 30

#### Individuel à Paris ou dans les Cévennes

**Durée : 10 heures**

**Dates :** choisies avec le stagiaire

**Prix HT : 2.100 €**

- ♦ Clarification des objectifs
- ♦ Travail sur 10 H réparties en 2 sessions
- ♦ Appels appui

**Dans les Cévennes,**  
*nous vous offrons le billet de train AR – Paris Nîmes 2<sup>ème</sup> Cl, le transport Gare - lieu du stage, la pension complète pour 2 nuits.*

#### Intra (Sur mesure)

Adaptation du nombre de participants, du contenu et de la durée, en fonction des objectifs visés.

#### Animateur

Véronique CAUWET

#### CONTEXTE :

Dans un monde changeant et élargi, **orienter son devenir** constitue une démarche indispensable et à renouveler ; notre équilibre général dans notre rapport à nous-même et à notre entourage professionnel et personnel en dépend.

Prendre le temps de **se poser les bonnes questions ; trouver et stimuler ses ressources** les plus dynamiques et **se donner les moyens** de cheminer vers ce que l'on veut être, faire et obtenir de sa vie est une étape alors indispensable

#### OBJECTIFS :

A l'issue de cette formation, les participants disposeront de moyens pour :

- valoriser leurs véritables potentialités,
- se donner les moyens de concrétiser à court, moyen et long terme un projet de vie **permettant d'aller** vers son épanouissement personnel

**PUBLIC : Tous niveaux, toutes fonctions.**

### THÈMES pouvant être abordés

#### Mieux me connaître pour définir ma propre voie

Découvrir ce qui constitue ma véritable personnalité avec mes atouts et les orientations de développement personnel qui lui sont propres

Mettre en évidence les motivations profondes qui m'animent pour être en cohérence avec moi-même

#### Progresser dans la bonne direction

Construire un projet d'avenir respectant mes aspirations, et valeurs fondamentales

Respecter les 5 critères de réussite pour assurer mon succès

Intégrer mentalement la réalisation de mes objectifs comme une intime évidence

Définir les priorités qui en découlent et leur redonner leur véritable place au cœur de mes responsabilités et engagements actuels

Clarifier mes doutes et me doter d'un outil de décision efficace pour faire des choix cohérents propres à me maintenir dans la bonne voie

#### Entretenir quotidiennement une énergie positive

Dépasser les peurs ou convictions négatives qui me limitent encore dans mon évolution

Enrichir ma communication intérieure pour qu'elle devienne source de dynamisme, de valorisation et de sérénité

Faire de mes émotions un atout pour libérer mon véritable potentiel

**N.B. Des apports de fond, des processus symboliques, des exercices de créativité conduisent chacun à des orientations de vie qui lui sont propres.**

Cette formation s'appuiera sur une **approche originale et globale de développement de la personne**, la "DYNAMIQUE FONDAMENTALE" élaborée à partir d'une synthèse d'outils de développement personnel et qui prend sa source dans la relation de confiance que l'on entretient avec soi-même et son environnement.

**Chacun aura l'occasion de travailler de façon très spécifique sur son projet personnel.**