

# Coming Into Your Own

Du 1er au 4 juillet 2018



**Nous sommes toutes des leaders dans nos propres vies , que ce soit professionnellement, dans nos familles ou dans nos cercles plus larges.**

## « Coming into your own » est un programme

- de développement de 3,5 jours pour les femmes qui souhaitent s'engager dans un processus de réflexion, d'exploration, de re-dynamisation,
- qui offre aux femmes l'occasion de creuser profondément qui elles ont été, qui elles sont aujourd'hui, et où elles souhaitent se diriger,
- qui aide les femmes à comprendre la relation entre leur processus interne, leur vie, les défis qu'elles ont à mener.

## Le programme « Coming into your own » est pour vous

- si vous êtes désireuse de développer vos qualités de leader pour réussir vos projets professionnels ou personnels,
- si vous voulez avoir plus de clarté sur le but de votre vie : comment votre passé peut devenir votre force ? Comment voir ce qui se cache à l'intérieur de vous ?
- si vous envisagez de nouvelles directions dans votre vie professionnelle ou personnelle,
- si vous êtes prête à vous donner les moyens de mener votre vie idéale.

## « Coming into your own » est pour les femmes qui souhaitent explorer les questions suivantes

- Comment capitaliser sur mon potentiel et conduire ma vie telle que je la souhaite ?
- Je me sens appelée à changer : comment puis-je m'aligner sur le but de ma vie ?
- Comment puis-je créer des environnements sains où tous peuvent s'épanouir ?
- Comment puis-je naviguer dans une période de transition ?
- Comment puis-je mener habilement et clairement des conversations difficiles ?
- Comment puis-je trouver et conserver un équilibre dans ma vie ?

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

Christiane Singer - Les âges de la vie

## Elles en parlent

« Un programme qui allège et qui permet d'y voir plus clair. Un bénéfice réel et durable qui permet de revenir chez soi sereine et plus épanouie. Une équipe d'encadrantes bienveillantes et professionnelles. Merci pour ce moment de vie d'échanges et d'émotions forts. »

**Delphine LETEURE  
OXYLANE**

« Le programme c'est une semaine pour tout changer, tout reprendre sur des bases nouvelles en pleine sérénité, en ayant l'assurance de faire le bon choix et ne plus se tromper : enfin ! »

**Céline VINALS**



# Coming Into Your Own

Du 1er au 4 juillet 2018



## Pourquoi avons-nous développé ce programme?

Les femmes sont plus susceptibles de développer des relations qui renforcent le lien social : elles s'investissent dans le bien-être de l'ensemble du système et collaborent en écoutant profondément leur cœur et leur intuition.

Beaucoup de femmes pensent qu'elles n'ont que partiellement développé et montré leurs capacités malgré des réalisations importantes. « Coming into your own » est conçu pour aider les femmes à s'ouvrir et à développer leur plein potentiel.

## Le parcours personnel qu'offre le programme

Dans le cadre tranquille du domaine de Bilhervé sur l'île d'Arz au large de Vannes, nous allons passer 3,5 jours en mettant l'accent sur le parcours individuel de chaque participante : ses potentiels, ses défis et ses transitions. Les forces individuelles et collectives sont explorées à la lumière des situations actuelles de chacune afin d'accéder et de libérer le potentiel inexploité.

À travers des dialogues et le pouvoir de transformation du cercle, nous allons :

- Explorer les cycles de développement uniques aux femmes : découvrir où vous êtes dans votre cycle de vie et ce que les cycles à venir ont à vous offrir.
- Dessiner votre histoire de vie personnelle qui vous a amenée à ce stade de développement et faire la lumière sur le voyage de votre vie.
- Comprendre les différentes postures de leadership et dimensions archétypales de vous-même et de vos relations.
- Présenter une expression plus complète de vous-même dans votre entourage personnel et votre milieu professionnel.
- Expérimenter un processus de symboles unique en petits groupes pour identifier les défis actuels et émergents sous différentes perspectives.
- Gagner en clarté dans la gestion des obstacles qui vous empêchent de tirer parti de votre pleine puissance.
- Apprendre et utiliser des outils qui permettent de développer pleinement votre potentiel au féminin.

## « Coming Into Your Own » est un programme à l'échelle mondiale

Le programme a été développé par le Ashland Institute (<http://ashlandinstitute.org>) dans l'Oregon aux États-Unis, et déployé dans le monde entier depuis plus de 20 ans. Les facilitatrices certifiées par le Ashland Institute, ont animé des centaines de programmes à travers le monde. Des entreprises comme Hewlett-Packard, BP, la Banque mondiale, Shell, Intel, Boeing, Anglo American, BT, EDF, OXYLANE, BAYER, ont sponsorisé des femmes managers et des collaboratrices pour participer au programme. Beaucoup de femmes ont également choisi de participer à titre individuel. Avec un maximum de 8 participantes et 2 facilitatrices, nous nous retrouverons dans un cadre magnifique qui nous donnera un espace pour la réflexion personnelle profonde, l'exploration et la re-dynamisation de sa vie. Nous avons hâte de vous accueillir sur l'île d'Arz !

« Ce programme a été un authentique rendez-vous avec moi même au travers d'autres femmes témoins et miroirs. Il m'a permis à la fois de me recentrer sur ce qui m'a construit, qui je suis, ce que je vis, ce que je veux et de clarifier les petits pas, prochaines étapes sur mon chemin de vie.

J'en ressors énergisée, sereine et confiante dans mes projets de Leader et de Femme »

**Frances GUTHEAUX  
BAYER**

« Cette parenthèse de 3 jours et demi me ressource, me renforce et me dote d'une énergie profonde pour réaliser mes rêves... comme par exemple : me (re)trouver ! Faire ce programme, c'est investir en soi ».

**Christelle EVITA  
EDF**



# Coming Into Your Own



## Dates:

Du 1er au 4 juillet 2018

Le programme débute à 16H le premier jour et se termine le dernier jour à 13H30.

## Lieu

Domaine de Bilhervé 56 840 ILE d'ARZ,

<http://keezam.fr/centres-accueil/bretagne/domaine-de-bilherve/>

Tél: 02 97 44 34 00

Par le train: gare de Vannes puis 10 mn de bus jusque l'embarcadère puis 10 mn de bateau. Par la route, la voiture reste à l'embarcadère de Vannes (parking gratuit) car il n'y a pas de voiture sur l'île.

## Prix du programme

Le prix de ce programme comprend les frais pédagogiques des 3,5 jours ainsi qu'un **appel individuel avant et après le programme** qui initie puis clôture le travail .

- Entreprise TPE (Moins de 10 salariés) : 1080 € H.T. - 900€ H.T si paiement avant le 15/12/2017
- Entreprise PME GDE : 1500€ H.T. - 1200€ H.T. si paiement avant le 01/05/2018
- Individuel / Associations : 840 € T.T.C - 672€ T.T.C. si paiement avant le 01/05/2018
- Paiement possible en 3 fois pour Individuel et Associations : 3 versements finalisés avant le début du programme.
- Pour les femmes pour qui le coût est prohibitif, un système de bourse permet d'étudier avec attention chaque situation - n'hésitez pas à faire la demande ou à vous entretenir avec les facilitatrices du programme.

**Inscription :** [vallard@valeursetdeveloppement.com](mailto:vallard@valeursetdeveloppement.com)

Le prix pour les 3,5 jours (3 nuits, tous les repas, et les salles de réunion) est de:

- 208,5 € en chambre partagée à 2 (taxe de séjour de 0,50 euros par nuit incluse)
- 250,5 € en chambre individuelle (taxe de séjour de 0,50 euros par nuit incluse)

Les réservations seront centralisées à l'inscription.

L'hôtellerie sera payée sur place auprès du lieu.

A l'hôtellerie il faut rajouter 10,20 € de transport par bateau A/R entre Vannes et l'île d'Arz

## Règlement et annulation

- Annulation J-7 jours avant le début du programme: la totalité des honoraires est due
- Annulation J-30 jours : 50 % des honoraires sont dus
- Annulation J-60 jours : 25% des honoraires sont dus

Le paiement intégral est requis pour la participation au programme.

## Pour plus d'informations

- Blandine Cléré - [abclere@gmail.com](mailto:abclere@gmail.com) -Tel: 06 17 50 23 61
- Virginie Allard - [vallard@valeursetdeveloppement.com](mailto:vallard@valeursetdeveloppement.com) -Tel: 06 31 56 98 95
- Adeline Salvary - [adeline.salvary@gmail.com](mailto:adeline.salvary@gmail.com) - Tel: 06 81 83 54 44

Visitez le site [www.ciyofrance.fr](http://www.ciyofrance.fr) ou [www.ciyowomensretreat.com](http://www.ciyowomensretreat.com)



« Ce programme est une pause bienveillante entre femmes de tous âges permettant de faire le point sur sa vie de femme, de mère, d'épouse...Regarder un peu en arrière pour mieux embrasser l'avenir, voici les bienfaits que j'ai ressentis au sortir de ce programme et que je ressens encore, presque 1 an après !! »

**Emmanuelle  
LE JEMTEL**



# Les Accompagnatrices, membres de la Faculté « Coming Into Your Own », de ce programme



**Blandine CLERE**

Après une dizaine d'années d'expérience à des postes opérationnels où elle a pu observer et vivre l'entreprise, Blandine s'est interrogée davantage sur l'homme au travail : le sens de son activité, le développement de sa santé au travail. Elle est repartie sur les bancs de l'université pour étudier la psychologie du travail. Son diplôme en poche, elle se consacre à l'accompagnement des individus et des collectifs afin de transformer leur situation de travail (consultation, formations, interventions collectives, ateliers). Son intérêt pour le développement personnel, sa curiosité pour l'humain l'amènent à animer en parallèle des ateliers. Récemment formée à l'approche narrative, elle poursuit son accompagnement des hommes, des femmes et des enfants dans les différentes sphères de leur vie. Depuis 2011 elle vit à Rennes et a 2 filles de 8 ans.



**Virginie ALLARD**

Après l'Institut Supérieur de Commerce de Paris, **Virginie** a effectué 3 ans de missions humanitaires en Bosnie, au Burkina Faso et au Burundi. Cette première 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 les organisations sur des programmes de leadership, de diversité et de 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.



**Adeline SALVARY**

Après des études d'ingénieur agronome et des stages qui lui ont permis de parcourir le monde, **Adeline** a été successivement formatrice, responsable formation et consultante interne pour le réseau des chambres d'agriculture pendant 10 ans. Bouleversée par la découverte de l'haptonomie avec la naissance de son premier enfant, elle s'est formée à cet accompagnement. Depuis les sensations et les émotions sont au cœur de sa pratique. Aujourd'hui Coach certifiée et Facilitatrice, elle est fondatrice de la société inSENSée. Elle focalise ses interventions sur la connaissance de soi, l'authenticité des relations et le bien être. Son ambition est de contribuer à "humaniser les entreprises". Elle se qualifie d'ingénieur son et lumière de la relation à soi et aux autres.