



FORMATION

Leadership au féminin : développer son plein potentiel

Durée : 24 heures de formations réparties en 1 journée puis 4 demi-journées

Dates : 17 mars 2020 journée complète puis les matinées du 7 avril - 12 mai - 9 juin - 7 juillet

Lieu : Marseille et Aix-en-provence

Mesdames,

Les mots clés **empowerment**, leadership, confiance en soi, connaissance de soi, affirmation de soi, courage, potentiel, liberté, émotions, changement ... vous parlent et vous questionnent ?

Cette formation est faite pour vous !

Objectifs pédagogiques

- Comment prendre confiance en soi ?
- Comment cultiver mes différences et les transformer en atout ?
- Comment m'affirmer en toute circonstance ?
- Comment lever mes propres freins et OSER ?

Programme

1 | Prendre rendez-vous avec soi-même

Apprendre à se connaître, identifier ses leviers de développement de son potentiel, parler de soi auprès des autres

2 | Cultiver ses différences

Développer la confiance en soi et l'estime de soi, découvrir ses ressources insoupçonnées

3 | Se libérer de ses freins

Réfléchir sur ses croyances positives et limitantes. Être libre n'est pas l'absence de contrainte ! Être libre c'est... à vous de le découvrir

Votre intervenante

Mélanie EGALON est consultante en management, coach et formatrice. Mélanie a passé 20 ans dans le milieu du football avant de pratiquer le trail (course montagne) en compétition. En parallèle, Mélanie est diplômée de Sciences Po, coach certifiée, elle est également diplômée d'un DU en préparation mentale. Elle approfondit sa formation sur fondamentaux de la PNL et en analyse transactionnelle, les approches de facilitation en intelligence collective et en gestion des conflits par la médiation transformative.

Tarifs

Particuliers, salariées d'une structure sportive, professions libérales, auto-entrepreneur : 650 € TTC sans prise en charge OPCA
Entreprises, salariés : 1290 € HT

Public ciblé

Toutes les femmes qui souhaitent gagner en impact, quel que soit votre métier ou votre environnement, que vous ayez ou non des responsabilités de management.

4 | Être champion de son propre monde

Valorisation, encouragement, discours interne, cahiers des réussites, gestion de l'erreur

5 | Dompter les montagnes russes

Ecouter, comprendre, se servir de la force des émotions et renforcer son intelligence émotionnelle

6 | Il n'y a pas de temps perdu

Se réapproprier le temps, prendre du recul, gérer le stress

7 | Savoir dire non... au féminin !

Posture de leader au féminin, s'affirmer en offrant ce que l'on est

Contact info et inscriptions

06 50 10 62 16

melanie.egalon@orinasa.fr

www.orinasa.fr

ORINASA est un organisme de formation certifié DATADOCK. Les formations sont éligibles à une prise en charge par votre OPCA.