



Formation expérientielle « **Leadership puissant et authentique** » **Les Fondamentaux – Niveau 1**

avec **Maud Raber**

2 jours à Paris, espacés par une mise en pratique de 4 à 5 semaines

EMBODIED
POTENTIAL

*Diriger de façon humaine c'est une question de posture...
et ça passe par le corps !*



Une voie pour accéder au meilleur de vous-même

Utiliser l'intelligence du corps et de la présence pour trouver l'aisance et accéder à tout son potentiel cognitif, créatif et relationnel, en toutes situations. Si vous sentez que vous avez besoin d'aller au-delà des formations cognitives classiques pour dépasser vos limites et opérer au mieux de vous-même, ce séminaire est fait pour vous.

Cet atelier expérientiel offre des démonstrations surprenantes et très vivantes et surtout, des outils simples, précis et accessibles à tous. Elle puise ses sources dans les arts martiaux, les techniques somatiques (*embodiment*), les arts du mouvement et la *mindfulness*.

A qui s'adresse cette formation ?

Pour les dirigeants, managers, entrepreneurs, et tous ceux qui sont confrontés au challenge de rester authentique et d'être des leaders dans des environnements de plus en plus incertains, complexes et stressants.

Objectifs pédagogiques

Cet atelier vous propose de découvrir des pratiques qui transformeront votre façon de gérer votre énergie et de traverser vos challenges. Vous progresserez sur les compétences indispensables à tout leader notamment :

- Faire face au stress et aux contrariétés, avec aisance
- Exprimer ce qui est important avec puissance et sans violence
- Ecouter les autres quel que soit le contexte
- Inclure et mobiliser ceux que vous rencontrez

Vous ressortirez de cette formation d'une journée en ayant :

- Pris du plaisir !
- Appris quelque chose sur vous-même en identifiant les façons d'être et de réagir qui vous limitent
- Expérimenté d'autres façons d'opérer, pour retrouver, même sous pression, une posture et une qualité de présence qui vous redonnent accès à toutes vos ressources
- Et découvert des outils simples, utilisables au quotidien dans le contexte des organisations, et qui feront la différence dans votre travail !



Lieu et horaires

Espace Babylone, 91 rue de Sèvres, Paris 6ème
Salle Luxembourg

Une oasis de verdure en plein cœur de Paris !



Horaires : 9h30 précises à 17h30. Accueil café à 9h.
Déjeuner libre (non inclus).

Tarifs

Entreprise : 695€ HT

Pro-indépendant (*coach, consultant, formateur*) : 495€ HT

Organismes caritatifs et associatifs : 366€ TTC

Particulier (*non professionnel de l'accompagnement*) : 366€ TTC

Tarif groupe (à partir de 5 personnes) ou sessions intra-entreprise : nous consulter

Embodied Potential | Développement innovant du leadership, résilience et qualité relationnelle

90, Boulevard Garibaldi – 75015 Paris - +33 (0) 679 568 559 | maud@embodied-potential.com | embodied-potential.com

France | Europe | International