



Entreprendre de tout son être

L'atelier découverte

Cette journée est un **voyage sensible** au pays de l'entrepreneuriat, à travers le filtre des arts expressifs et de l'intelligence corporelle. Il s'agit d'une invitation à revenir à la **source** de ce qui vous anime par rapport à votre entreprise ou à un projet spécifique. Clarifier ou mettre à jour vos **motivations profondes**, ressentir votre **posture entrepreneuriale**, rencontrer vos **défis** autant que vos **ressources**, nommer la direction dans laquelle vous souhaitez avancer... Avec le soutien d'approches créatives et corporelles, cet atelier est comme une **pause en conscience**, pour sentir les premiers mouvements qui vous appellent et laisser mûrir une action sereine, alignée et puissante.

Durée : 1 journée

Créateurs et créatrices
d'entreprise, entrepreneur·e·s

Les intentions

Ressentir sa **singularité** en tant qu'entrepreneur·euse,
avec les outils du **Life Art Process**®

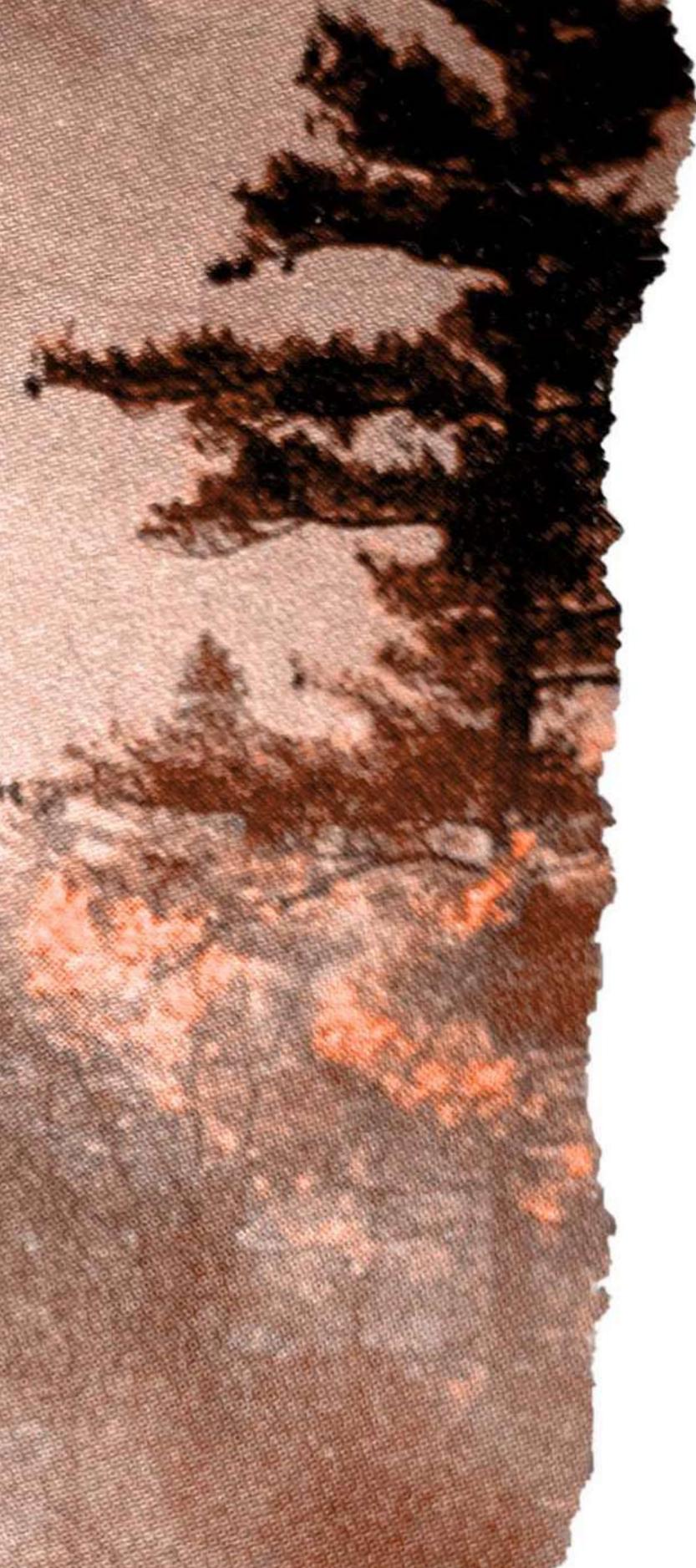
Apprivoiser corporellement sa **posture** d'entrepreneur·euse

Prendre **confiance**, en conscientisant et en incarnant ses **forces**

Se relier à un **défi** du moment

Laisser émerger de nouvelles **ressources**

Cultiver son **alignement** professionnel



Le programme

Cercle d'**ouverture** : intentions, interconnaissance, création du groupe

Réflexion autour du thème : être entrepreneur·e ou entreprendre **de tout son être** ?

Questionner sa **posture** en tant qu'entrepreneur·e / créateur·ice de ce projet

Se rencontrer en tant qu'entrepreneur·e, avec la technique de l'**autoportrait**

Revenir **à la source** d'un projet, en le ressentant dans le corps

S'assumer, s'affirmer, **oser** prendre sa place et **rayonner**

Cercle de **clôture** : partage et ancrage des pépites, déclics et envies nouvelles



Les ingrédients de cet atelier



le corps,
premier invité

Life Art Process

une approche complète pour plonger
au coeur de notre être, en alliant...



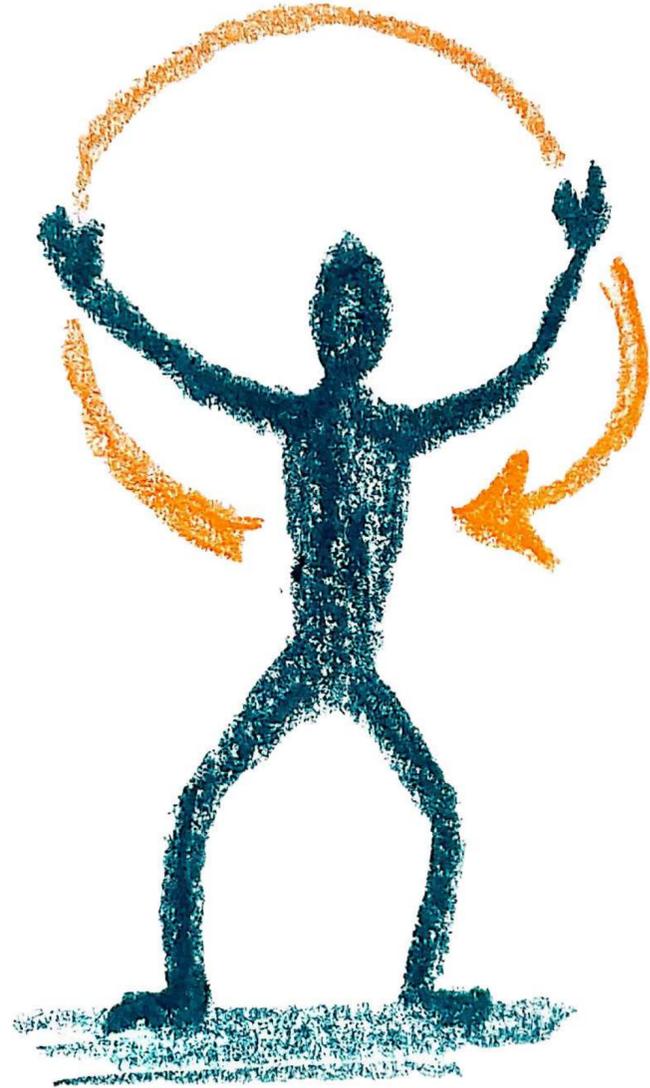
l'écrit, notre allié
pour décrypter



le dessin, porte ouverte
sur notre imaginaire

Introspection créative

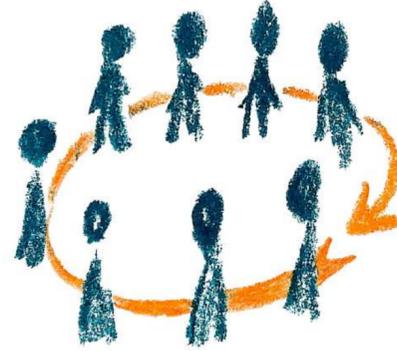
Des propositions ludiques et
profondes pour se rencontrer vraiment



sentir, écouter et relier
les différentes parts de soi



pour rayonner dans le monde,
unifié.e, inspiré.e et confiant.e



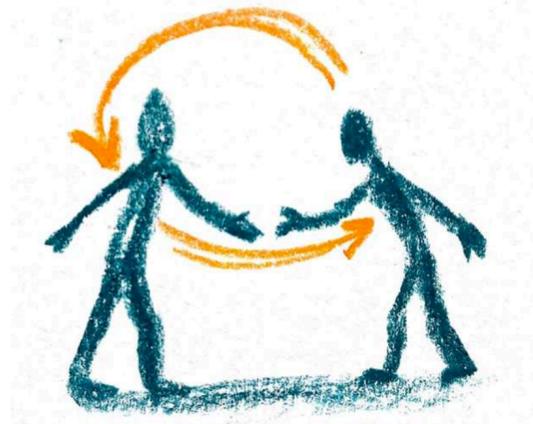
le cercle, notre rituel
d'ouverture et de clôture

Intelligence collective

Des pratiques collaboratives et
des invitations à être pleinement
soi au sein d'un groupe



un esprit de communauté,
un partage avec des pairs



des échanges en duo



Le format

Avant l'atelier

Vous recevez un **questionnaire en amont**, pour nommer vos besoins et vous projeter dans l'atelier avec un projet sur lequel pratiquer. Vos réponses me permettent de bien saisir ce qui vous intéresse et d'en tenir compte dans ma préparation.

Pendant l'atelier

Vous n'avez qu'à vous laisser guider. Venez avec une **tenue souple et confortable**. Si vous avez un carnet dédié à votre projet / votre entreprise, emportez-le avec vous.

Après l'atelier

Je vous propose une **activité** à vivre chez vous pour prolonger l'expérience. Vous avez accès pendant 3 mois à une **plateforme de ressources** avec différents supports, articles et conseils de lectures pour poursuivre l'exploration autour du Life Art Process®.

Cet atelier est-il pour vous ?

Vous sentez que vous avez tout à gagner à **penser avec votre corps**, et pas seulement depuis votre tête

Vous êtes prêt·e à considérer les **émotions, intuitions et ressentis** comme des informations aussi précieuses que vos plans d'action

Vous êtes en phase d'**émergence** de projet et cela a du sens à vos yeux de travailler à votre **ancrage** pour soutenir votre déploiement

Vous êtes en phase de développement de projet et avez besoin d'un **nouveau souffle**, de recontacter la source de ce qui vous anime

Vous pressentez les bénéfices d'une **réflexion** qui intègre les dimensions **corporelle** et **émotionnelle**, sans savoir tout à fait comment vous y prendre

Si vous vous reconnaissez dans l'un des points mentionnés ci-dessus, il y a de bonnes chances que l'atelier vous corresponde !

Coût de l'atelier

150 € HT

180€ TTC

Si vous n'avez pas la possibilité de financer l'atelier, une place solidaire est disponible sur chaque session. L'atelier est alors à **prix libre**

Ecrivez-moi à jeannedobriansky@gmail.com pour en faire la demande.



Intervenante

Jeanne Dobriansky

J'aime entreprendre. Ecouter les rêves pour qu'ils se fraient un chemin vers le réel. Dialoguer avec les idées, les inviter à s'incarner. **Ressentir les projets.** Depuis mes tripes, mon coeur et ma tête, j'aime entreprendre. **De tout mon être.**

Depuis 2013, j'ai bénéficié du soutien précieux de structures et d'accompagnant·e·s qui m'ont aidée à développer mon activité d'un point de vue stratégique, commercial ou financier. J'observe qu'il y a néanmoins peu d'espaces pour questionner en profondeur nos motivations, vivre dans nos corps notre posture d'entrepreneur·e, **cheminer en alignant nos idées, nos émotions et nos sensations.** J'ai la conviction que cet alignement est indispensable pour entreprendre de façon juste et être porté·e par son projet. C'est pourquoi j'ai créé cette journée, ouverte à toutes les personnes qui entreprennent, quel que soit leur statut. **Aucun talent artistique n'est requis.**



Quelques références clients

BGE, Maison des Professions Libérales, CIAP (Coopérative d'Installation en Agriculture Paysanne), incubateur TAG35, incubateur EnZHyme...

Prochaine session

Le 03 mars 2023

De 10h à 18h

à La PAM à Brest

Dans la salle de danse

Vous êtes intéressé.e ? Chouette alors !

Contactez-moi : jeannedobriansky@gmail.com | 06 84 72 53 38

Je vous enverrai les éléments nécessaires à votre inscription.