

Entreprendre de tout son être

Une immersion sensible pour **explorer votre posture entrepreneuriale**, avec le soutien de l'intelligence du corps et des arts expressifs.

Vous serez invité·e à **travailler autrement sur votre projet, en mobilisant vos sensations, intuitions et ressources créatives**. Cet atelier est une occasion d'aller **à la source de ce qui vous anime**, de rencontrer votre projet en profondeur et peut-être, d'en revisiter certains aspects. A travers l'approche du Life/Art Process[®], vous serez nourri.e des échanges avec les autres participant·e·s qui seront tantôt des miroirs, des témoins et des catalyseurs d'expression.

Une proposition
de Jeanne Dobriansky

9h30-17h30

Les intentions

Découvrir une approche sensible pour **incarner son projet**

Ressentir la raison d'être de son projet

Explorer la singularité de sa **posture entrepreneuriale**

Cultiver son **alignement professionnel** et sa **solidité intérieure**

Se relier corporellement à un **défi** du moment
et laisser émerger de **nouvelles ressources**

Le programme



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

Questionner sa **posture** en tant qu'entrepreneur·euse

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

Explorer un **défi** actuel et découvrir ce qu'il appelle de nous

Bâtir un plan d'actions pour incarner sa **façon singulière d'entreprendre**

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
ressentir un projet en profondeur,
en alliant...



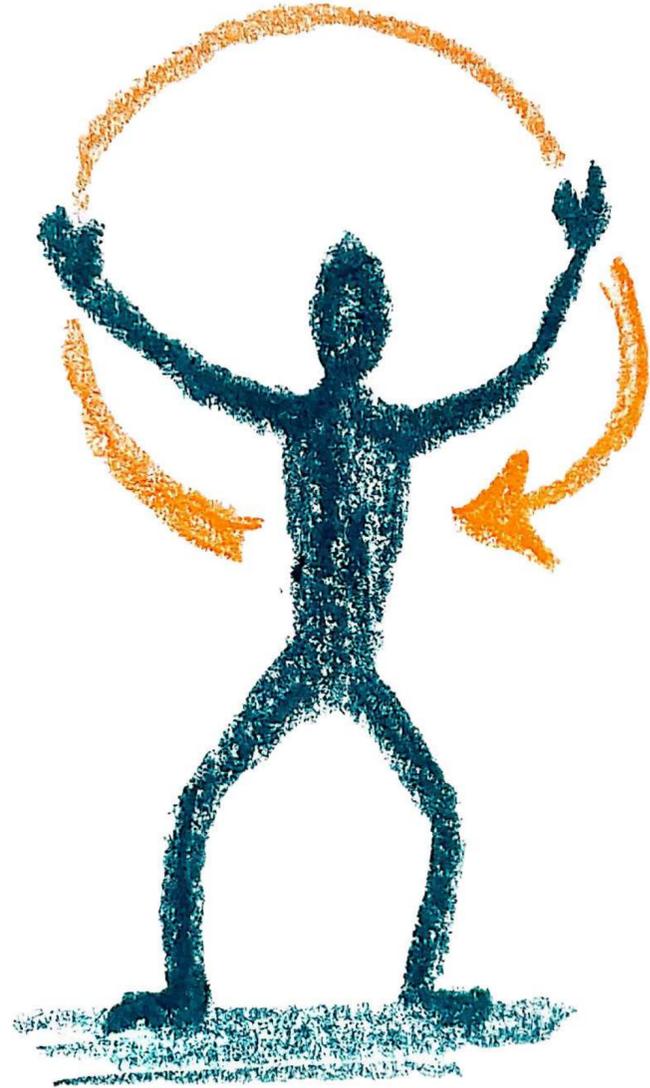
l'écrit, notre allié
pour décrypter



le dessin, porte ouverte
sur notre imaginaire

Introspection créative

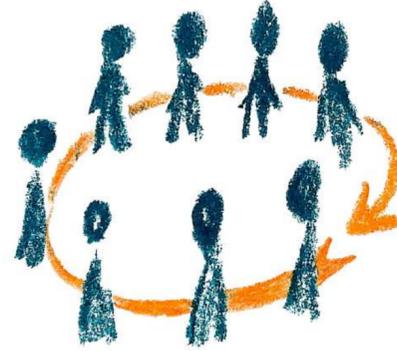
Des propositions ludiques et
profondes pour se rencontrer vraiment



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, des explorations
et des résonances 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 de votre projet.

Cet atelier est pour vous si...

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 précieuses capables d'éclairer votre projet.

Vous souhaitez inviter l'intelligence du corps dans votre réflexion et **intégrer ce qui vous échappe** ou ce que vous ne voyez plus dans votre projet.

Vous avez besoin de **revenir aux sources** de ce qui vous anime intérieurement, pour être porté·e et guidé·e par votre projet.

Vous êtes tenté·e mais vous pensez qu'il faut un talent artistique ou une fibre créative : bienvenue, cet atelier ne nécessite aucune compétence particulière !

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

Témoignages de participant·e·s

"J'ai vécu un temps de ressourcement physique, émotionnel et intellectuel, un moment de connexion à mon intériorité, d'expression artistique et créative globale. Et j'ai reçu des réponses très pragmatiques à mes questionnements. C'est vraiment une autre manière d'explorer et de me questionner sur moi et mes projets. »

Mélissa

« Un apprentissage clair de ce que j'ai à mettre en place dans ma vie aujourd'hui »

Jérôme

« Un cadre sécurisant, de la douceur et en même temps de la conduite soutenante. »

Marie

« Un stage qui permet d'ouvrir le corps et l'esprit par l'expression dansée, écrite ou dessinée. »

Louise

« Tout m'a semblé couler de source. Je ne me suis pas sentie une seule fois forcée ou mal à l'aise, j'étais dans un bain, je flottais. C'était étonnant et j'ai beaucoup appris sur moi. Ton accompagnement Jeanne était doux, j'ai apprécié de ne pas devoir formuler à haute voix des pensées ou réflexions personnelles, mais de les formuler par la danse ou le dessin. »

Sarah

Le coût

150€ HT

180€ TTC

L'argent ne circule pas de la même façon dans nos vies.
Si le prix est un frein à votre participation, contactez-
moi et nous trouverons des ajustements ensemble.



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.**

Entrepreneuse depuis 2013 et passionnée de mouvement libre, je suis convaincue qu'**une idée qui a cheminé dans notre corps a plus de chance de voyager dans le monde.** C'est pourquoi j'ai à coeur de proposer aux personnes et aux organisations de se relier à leurs projets, à leurs défis et à leurs aspirations d'une façon corporelle, pour mieux les ressentir et les incarner. Je suis praticienne en Life Art Process, (formée au Tamalpa Institute de Californie auprès d'Anna et Daria Halprin), et j'ai créé le podcast « Entreprendre de tout son être », qui relie le monde de l'entrepreneuriat et celui des approches artistiques et sensibles.



Quelques-uns de mes clients,
venus de tous horizons...

Incubateurs d'entreprise,
Rennes Métropole, Mairie de Paris,
CCAS, Université Paris 8, Leroy Merlin,
Ministère de la Défense,...

A bientôt ?

Si cela résonne, au plaisir de vivre
cette journée ensemble !

Pour vous inscrire, contactez-moi par mail : jeanne@alliam.fr

Pour en savoir davantage sur la démarche, vous pouvez :

→ découvrir mon podcast : « [Entreprendre de tout son être](#) »

→ consulter mon site web : alliam.fr

→ m'appeler : [06 84 72 53 38](tel:0684725338)