

Après 7 ans de **coordination** d'un réseau **associatif** de protection de l'environnement, je souhaite mettre mes compétences au service de l'**écologie relationnelle**.

Formée auprès de formatrices.teurs certifié.e.s en **Communication NonViolente** et **Sociocratie**, ayant expérimenté l'**intelligence collective** depuis une dizaine d'années, je souhaite transmettre et partager leurs valeurs.

Pratiquant la **danse** depuis mes 7 ans (modern jazz, danses swing, latines, de salon), en enseignant certaines, j'ai expérimenté que le corps est un puissant outil de connaissance de soi et des autres. J'ai suivi un cursus d'approfondissement « **mouvement, improvisation, création** » avec la compagnie Emmanuel Grivet de 2017 à 2018 me permettant aujourd'hui d'accompagner des groupes par le mouvement.

Qui suis-je ?

Ensemble, ajustons mes propositions d'accompagnement à vos besoins pour une coopération personnalisée et cohérente.

Un rendez-vous gratuit d'une heure peut être proposé.

Les lieux d'accompagnements se situent autour de Clermont-Ferrand et Ambert (63).

J'étudie toute proposition en dehors de ces territoires.

Je vous invite à me contacter pour tout besoin de clarté, de compréhension ou d'informations.

Je souhaite que l'argent ne soit pas un obstacle à notre rencontre, n'hésitez pas à me contacter pour explorer ensemble les possibles.



Accompagnement Collectif et Individuel

Stimuler votre créativité

Soutenir vos besoins d'évolution

Faire grandir vos capacités de coopération

Aider à la résolution des conflits avec bienveillance

Accueillir la richesse des différences

Se sentir vivant avec authenticité

S'é-mouvoir

Coopération

Evolution

Créativité

Mouvement



Myriam Gissinger
06 28 26 18 49
myriam@semouvoirdetre.fr
www.semouvoirdetre.fr

Myriam Gissinger
S'é-mouvoir d'être

Accompagnement Individuel

Accompagnement Collectif

intelligence collective

communication bienveillante

Vous souhaitez :

- ✎ Explorer un questionnement, un conflit ou un désaccord intérieur.
- ✎ Etre accompagné dans une recherche d'évolution, de transformation, de changement.
- ✎ Recevoir une écoute bienveillante et être aidé à cheminer avec vos propres ressources.
- ✎ Stimuler votre créativité.
- ✎ Renforcer votre confiance en vous.
- ✎ Vous mettre en lien avec vos émotions, votre corps et l'expression authentique de vous-même.

Vous faites partie d'un collectif?

associations, collectivités, entreprises, amis, famille...

je vous propose des ateliers visant à :

Confiance - Cohésion



- renforcer la cohésion du collectif
- renforcer la confiance en chacun
- faire grandir vos capacités de coopération
- savoir se situer et prendre sa place
- favoriser la reconnaissance, la valorisation individuelle et collective
- partager, (re)trouver un sens, des valeurs et une vision commune

Réalisation - Engagement - Equité



- apprendre à faire des choix et prendre des décisions collectivement
- (re)mobiliser autour d'un projet, d'une action...
- résoudre un problème d'organisation, de gouvernance ou de mise en œuvre d'un projet

Expression - Ecoute



- comprendre et mettre en œuvre la communication bienveillante
- favoriser le dialogue et permettre la compréhension mutuelle
- apprendre à gérer les temps de parole, d'écoute et de silence
- accueillir et prendre en compte les différences

Créativité - Adaptation



- faire émerger de : nouvelles idées, nouveaux projets, nouvelles solutions
- améliorer l'adaptabilité et permettre l'innovation du collectif
- (re)trouver le juste équilibre entre les choix préalables, les contraintes et l'imprévu du moment, l'inconnu, l'inattendu
- renouveler, enrichir, explorer vos capacités créatrices

Sécurité - Evolution



- être accompagné à un changement à venir ou en cours
- explorer vos limites, les comprendre et les affirmer
- apprendre à dire et recevoir un "non"
- apprendre à fonctionner - construire avec les désaccords
- repérer vos blocages et vos croyances limitantes pour les dépasser

Je vous propose des rencontres en fonction de vos besoins et envies.

Entre 1h et 1h30

50€

*mouvement, dessin, écriture spontanée.e.s
improvisation guidée*

Ressourcement - Lâcher-prise



- de la détente-relaxation
- retrouver du plaisir et du bien-être
- se (ré)approprier et être à l'aise avec son corps
- un espace de défoulement - jeux

relaxation - automassage

D'une demi-journée à plusieurs jours

Devis sur demande

sortie nature