



RELANCER VOTRE AVENTURE SOMATIQUE – OUTAOUAIS



Continuing Coach Education
International Coach Federation

VALIDE POUR VOTRE RECERTIFICATION 2017 — Recevez **15 CCEU** pour les 3 jours. Ces cours sont également acceptés par Convivium à titre de recertification 2017.

Inscrivez-vous dès maintenant à nicole.st-amour@bell.net Envoyez votre chèque au 21 rue Val-Perché, Gatineau, QC, J8Z 2A5

TROIS RENCONTRES D'UNE JOURNÉE LES :

Les 28 avril, 26 mai et 16 juin 2017

(776.08 \$ pour les trois jours incluant les taxes).

INSCRIVEZ AUX TROIS JOURS AVANT LE 1^{ER} MARS 2017 ET RECEVEZ UN RABAIS DE 30 \$.

ENDROIT : Jardin du Château, 100 rue du Château, Gatineau (Secteur Hull-coin Saint-Raymond et Taché).

CHACUNE DES JOURNÉES SERA RICHE EN EXERCICES PRATIQUES AXES SUR L'EXPERIENCE HUMAINE, LA PLEINE CONSCIENCE ET LA DECOUVERTE DE SOI. L'INTEGRATION SE FERA GRACE A DES ECHANGES AXES SUR LE DIALOGUE ET L'EXPLORATION DE CAS CONCRETS.

VOUS APPRENDREZ A DISTINGUER :

- Les 4 réactions automatiques au stress et ce qui est requis pour se recentrer ;
- Les 4 éléments corporels qui nous accompagnent en tout temps ;
- Les 3 éléments clés de notre système somatique ;
- L'impact du langage, les mots utilisés, mais aussi au-delà des mots, ce qui est créé en nous, et en nos clients ;
- Les 3 éléments qui permettent de générer et maintenir une cohérence intégrale, et qui guide notre client vers l'action ;
- L'élément essentiel d'un plan d'action sur le plan somatique ;
- « Être dans le moment présent ». Ceci nous amène à revisiter notre relation avec le passé et le futur. Nous nous intéresserons aux nouvelles pratiques qui appuient le développement du potentiel humain.
- Le phénomène de résonance parfois appelé « effet miroir » ou syntonie ou encore écoute profonde nous permettant d'approfondir notre capacité d'être « impressionner », de saisir l'autre personne et de la guider vers plus de discernement et de sagesse dans ses choix et ses actions.
- Deux éléments de base qui nous éclairent pendant et après une séance de coaching.

Entrepreneure et sage apprentie, la mise en forme « Mind, Body & Spirit » devient pour Nicole un incontournable lorsqu'en 1993 son corps commence à lui envoyer des signes de stress évident. Son parcours devient alors centré sur un leadership intégré. Sa définition du leadership se transforme grâce à une période intense de formation avec Landmark (internationale). Elle est également diplômée de l'université d'Ottawa en Sc. sociales (Psychologie) et de l'Université du Québec à Hull en Éducation et Animation de groupe, elle est certifiée en coaching intégral (2002-3 New Ventures West) et en leadership (2006 Strozzi Institute, Californie). Désignation PCC de la FIC en 2010. Elle a accumulé plus de 2500 heures en coaching un à un et plus de 1000 heures de facilitation et coaching d'équipe.

« Chaque élément des rencontres avec Nicole procure une occasion de découverte, de réflexion et d'approfondissement. Le contenu est tout à fait pertinent à mon rôle de coach et l'approche est à la fois respectueuse et stimulante. La compétence somatique du développement intégral prend tout son sens sous l'habile direction de Nicole, et la collectivité de pairs fournit un appui important. »

Louise Poliquin, Présidente Groupe Poliquin-Wakefield Group Inc.