**Créer des ateliers - Compte rendu n°01**

|  |  |
| --- | --- |
| **Réunion de lancement**  **Objet : Comment s’organiser pour créer et optimiser les ateliers** | **Lieu: par zoom** |
| **Présent.es :**  Ségolène, Marine, Virginie et Clarisse  **Excusé.es :**  Anne et Pierre | **Date : 31 octobre 2019**  **Heure de début : 9h00**  **Durée: 1heures 30** |

**Ordre du jour**

1. Présentation des coachs
2. Brainstorming pour l’organisation souhaitée
3. Décision finale
4. Prochaines étapes.

**Information échangées**

* Virginie établi des bilans de compétences, exerce le coaching en individuel pour adulte et jeunes.
* Marine est en cours de formation de sophrologue et possède un master en psychologie
* Ségolène s’intéresse à la communication non violente
* Clarisse exerce en tant que coach pour sortir de situations difficile, conflictuelle ou délicate durablement, au travail, en famille, à l’école… est axée sur la connaissance de soi par le biais d’activité de prise de conscience plutôt ludique.

**Ateliers proposés**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Thèmes | Outils | Organisation atelier | Après atelier |
| Confiance en soi  Apprendre à mieux se connaitre  La gestion des émotions  Apprendre à dire ses émotions  Gestion du stress  Valoriser son image | Jeux de rôles  Jeux de mimes  Capsules d’impact  Fenêtre de Joari | Sur 2 heures  Prévoir plusieurs ateliers à suivre pour développer un processus  Observer les besoins réels et ajuster | Répondre aux demandes d’approfondissement personnalisé  Proposer des coachings individuels |

**Remarques / Questions**

* Question 1 : Comment s’organiser pour la suite ? réponse : Proposition d’un mastermind et/ou un brainstorming, préparer à l’avance des idées d’ateliers et de contenus, partager lors de la prochaine réunion
* Question 2 : Qu’est-ce qu’un mastermind ? réponse : Vous connaissez le jeu et c’est quelque peu différent. Chaque participant arrive avec un objectif (problématique à résoudre, amélioration à apporter…) et l’expose à tous.
* Un participant décide d’être LE « candidat du jour » 4 parties s’ensuivent :
  + 1ere =Focus sur UNE personne qui expose plus en détails sa demande,
  + 2e = les autres expriment à tour de rôle leur ressenti puis posent toutes les questions qui leur passent par la tête.(pas de réponse à donner) et LE « candidat du jour » fait un retour sur l’ensemble de ces questions.
  + 3e = chaque participant.e donne 3 actions qu’il ou elle ferait s’il ou elle était à sa place.
  + 4e = LE « candidat du jour » fait un retour sur ces propositions et s’engage à les suivre pour la prochaine fois puis dernier tour de table où chacun exprime son ressenti et ses actions à mener jusqu’à la prochaine fois.

**Décisions**

* Travailler sur un atelier : confiance en soi.
* Utiliser la méthode brainstorming
* Donner une trame et des outils concrets
* Prochaine rencontre : le 12 novembre de 9h00 à 10h30 par zoom

**Actions à suivre**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Délai** | **Livrable** | **Validé par** |
| 12/11/2019 | Présentation d’un atelier déjà conceptualisé | Marine |
| 12/11/2019 | Proposer des outils concrets | Virginie, Ségolène et Clarisse |

***Date de la prochaine rencontre : 12 novembre 2019***

**Ordre du jour proposé :**

1. Présentation de l’atelier confiance en soi

2. Echange d’outils concrets et leur pertinence

3. Elaboration d’une trame enrichie

4. Proposition d’un autre thème

5. Planification des prochaines rencontres