



# ENTREPRENDRE AU FEMININ

OBJET : Rencontre Réseau « Entreprendre Au Féminin Bretagne » du lundi 20 octobre 2008

CONTACTS : Anne Raffin - TEL : 06 61 99 56 78 - MEL: [anne.raffin4@orange.fr](mailto:anne.raffin4@orange.fr)

[S'inscrire pour le repas et  
l'atelier auprès d'Anne  
Raffin - 06.61.99.56.78](#)

**Atelier & Echanges : les changements dans la vie  
personnelle et professionnelle**

**[le lundi 20 Octobre 2008 à 14h](#)**

**A la Pépinière d'Entreprises du FAOU**

**Zone de Quiella (en bordure de voie express)**

## **Grandir à chaque étape de changement**

Changer implique de sortir de sa **ZONE DE CONFORT** et s'aventurer vers de nouveaux contextes incertains, de nouvelles tâches et responsabilités, mobiliser de nouvelles compétences, apprendre de nouveaux comportements, adopter de nouvelles attitudes et, surtout, abandonner les habitudes qui faisaient partie du quotidien.

Les changements sont choisis ou indésirables, attendus ou surprenants, ils sont l'occasion de renaissance ou de résistance: ils déclenchent du stress d'adaptation, des réactions émotionnelles, comportementales, individuelles et sociales. **Repérer les stades et les actions possibles**, tout en respectant les autres et son « **ECOLOGIE INTERNE** », son équilibre, c'est le **DEFI** que nous proposent les changements dans notre parcours de vie, afin de mieux **ENTREPRENDRE !**

Prochaines  
rencontres :

> [Lundi 24 nov](#)

> [Lundi 15 dec](#)

## **>>> Soizick ROULINAT**

, entrepreneuse depuis 1991 (Institut Supérieur de Conseil et Formation) se définit comme « facilitatrice » des ressources psycho corporelles et de communication de LA PERSONNE dans sa globalité et son unicité, dans le rapport qu'elle entretient avec elle-même et avec les autres (dans le cadre du privé comme du professionnel).

Son cadre de formation et de pratique s'articule autour de la psychologie humaniste.

Elle crée des formations certifiantes en Bretagne (relation d'aide pour les professionnels, formation de formateurs pour la prévention du stress) et anime des formations sur mesures pour les salariés, des suivis de pratiques en petits groupe, des supervisions individuelles.

**Pour tirer le maximum d'informations sur ce thème, Soizick Roulinat vous propose une mini formation-action entrecoupée d'échanges. Elle compte sur vos témoignages de femmes, sur vos réflexions pour enrichir l'expérience de chacune dans le groupe.**

### **Déroulement de la Rencontre :**

- ✓ **12h30 - 13h45 : REPAS** au Relais de la Place, sur la place principale du Faou – Tél : 02.98.81.91.19
- ✓ **14h00 – 17h15 : Atelier et Echanges**
- ✓ **17H15 – 18H : point sur les actions du réseau & échanges libres.**

*Réservez votre repas dès maintenant avec confirmation de votre présence à la conférence auprès d'Anne RAFFIN – TEL : 06 61 99 56 78 – MEL : [anne.raffin4@orange.fr](mailto:anne.raffin4@orange.fr)*

***Comptant sur votre présence à toutes,  
Sincères salutations.***

***Véronique Istin et Nicole Lassaigne, Pdte et Vice-Pdte de l'action réseau.***