



# Déployer mes Z'ailes



HPI (Haut Potentiel Intellectuel), douance (homogène/hétérogène), surdoué-e, zèbre, précoce, atypique, surefficient-e etc... notre langage actuel tente de nommer le plus justement possible dans l'optique de mieux apprivoiser cette particularité de fonctionnement. Si ces terminologies employées vous parlent et, quelle que soit celle avec laquelle vous êtes la plus à l'aise aujourd'hui, c'est en tout cas un sujet concrètement au cœur de vos préoccupations. Et, par exemple, vous pouvez éprouver une difficulté à vous sentir pleinement satisfait-e, ou vous pensez que le bonheur est un concept vague et peu atteignable ou encore vous vous épuisez régulièrement à faire plusieurs choses à la fois. Vous vous interrogez sur **comment, en étant doté de ce mode de fonctionnement de pensée, de réflexion et des spécificités d'adaptation qu'il implique, parvenir à créer les conditions favorables pour vivre pleinement ce bien-être?**

**Si vous avez l'envie profonde de commencer à avancer concrètement sur ce chemin : ces ateliers vous sont dédiés !)**

**Pourquoi?** Avant tout, ils sont la possibilité de vous offrir de vivre un moment agréable en soi et utile, dans un lieu confortable, quelles que soient vos aspirations et l'étape à laquelle vous en êtes aujourd'hui par rapport à cette thématique. Ils sont aussi l'occasion de comprendre, d'apprendre et d'explorer par un premier pas comment amorcer un changement en cette direction et de sortir de votre zone de confort dans un cadre de confidentialité avec convivialité, écoute et respect de chacun-e. Enfin, l'objectif est de vous permettre de tester de faire ce premier pas concret en faveur de votre déploiement personnel vers du mieux-être tout en bénéficiant de la dynamique du groupe.

**Ces trois ateliers complémentaires permettent d'aborder trois dimensions clés du bien-être :**

1. Explorer comment se concentrer sur les émotions positives et développer son optimisme vers davantage de joie et satisfaction? (Atelier 1)
2. Explorer comment saisir les occasions de se développer et d'aller vers ses objectifs personnels? (Atelier 2)
3. Explorer comment interagir avec son environnement - ses relations interpersonnelles - vers plus d'harmonie? (Atelier 3)

**Quelques mots partagés par les deux animatrices de ces Ateliers :**

*"C'est la question de la douance et de sa découverte chez l'adulte qui a permis à nos chemins de se rencontrer en 2016. Aujourd'hui, ce qui fait sens pour nous avec la création de ces ateliers co-animés, c'est de vous proposer de bénéficier d'une approche multi-disciplines et de les découvrir. Aussi, de faciliter pour chacun-e d'entre vous concerné-e et intéressé-e par cette thématique, le fait d'être en lien pour vivre cette expérience dans cet espace et ce temps commun. Nous aurons la joie d'animer ces ateliers ensemble et dans le respect des valeurs humanistes que nous partageons, notamment de bienveillance et de non-jugement."*

**A bientôt !)**

[Aurélie Simoës-Perlant](#)

Enseignant-chercheur en psychologie du développement - Psychologue

[Fanny Matournaud](#)

Coach praticienne certifiée



Lieu : [Toulouse, Etincelle Coworking 36 rue Alsace Lorraine](#)

Dates et Modalités ci-dessous (pour vous inscrire, cliquer sur "Inscription") - *N.B. : nombre de places limité pour chaque atelier.*

<p><b>Atelier 1</b> <b>Bien-Être et Plaisir</b></p> <p><b>Samedi 30 mars 2019</b> <b>De 09h à 12h30</b> Tarif : 61 euros</p> <p><a href="#">Inscription Atelier 1</a> <b>avant le 26/03/2019</b></p>	<p><b>Atelier 2</b> <b>Bien-Être et Objectifs</b></p> <p><b>Samedi 18 mai 2019</b> <b>De 09h à 12h30</b> Tarif : 61 euros</p> <p><a href="#">Inscription Atelier 2</a> <b>avant le 14/05/2019</b></p>	<p><b>Atelier 3</b> <b>Bien-Être et Environnement</b></p> <p><b>Samedi 15 juin 2019</b> <b>De 09h à 12h30</b> Tarif : 61 euros</p> <p><a href="#">Inscription Atelier 3</a> <b>avant le 10/06/2019</b></p>	<p><b>Pack Complet : les trois Ateliers</b></p> <p><b>(Mars, Mai, Juin)</b></p> <p><b>% Offre promotionnelle</b> Tarif : 152 euros</p> <p><a href="#">Inscription aux trois Ateliers</a> <b>avant le 26/03/2019</b></p>
--	---	--	---