



Ligue des Optimistes de France
www.ligedesoptimistes.fr

INVITATION POUR L'ATELIER du 24 Mars 18h

J'AI DE LA CHANCE ? NON, J'AIDE LA CHANCE !

Un atelier pratico-pratique pour **reprogrammer votre cerveau en mode optimiste** et découvrir des clés concrètes pour profiter de nouvelles opportunités dans votre vie personnelle et professionnelle.

Dans cet atelier en **distanciel**, en petit groupe, nous verrons ensemble de manière très ludique :

1/ COMMENT SE FIXER CORRECTEMENT DES OBJECTIFS

Comment bien se fixer des objectifs (professionnels ou personnels)

Quelles sont les modalités sensorielles du cerveau mobilisées ?

Quelles différences y a-t-il entre rêve et réalité

Quelles sont les pensées boostantes ou limitantes à activer ? comment pratiquer et s'entraîner ?

2/ COMMENT ETRE SA PROPRE MACHINE A OPPORTUNITES

Comment favoriser les opportunités ?

Détail des 7 attitudes clés à adopter

Atelier très interactif, apports pédagogiques au croisement du développement personnel, de la psychologie positive, des neurosciences et de la communication relationnelle.

Atelier animée par **Carole BENHAMOU**, Déléguée régionale Rhône-Alpes de la Ligue des Optimistes.

Carole est une **experte de la communication, de la relation et des émotions** depuis plus de 30 ans.

Elle affiche sans complexe un profil multi-casquettes :

consultante en événementiel, rédactrice éditoriale, animatrice journalistique, coach d'intervenants, scénariste et réalisatrice de films d'entreprise, formatrice, comédienne, metteur en scène, auteur du dispositif 50clésdeCOM de formation et d'accompagnement en communication relationnelle et managériale.

Pour confirmer votre participation : <https://my.weezevent.com/jai-de-la-chance-non-jaide-la-chance>

Carole Benhamou tel : 06 58 55 03 63

Email : benhamou@caroleb.events

