

WORK ALIVE

Le Cercle



Bienvenue dans le Cercle Work Alive,
l'espace pour rallumer ta flamme, réinventer ton
travail et te créer une vie pro joyeuse et vibrante.

Concrètement, comment ça se passe ?
Dans le Cercle Work Alive, tu avances à ton rythme
dans ma plateforme en ligne à travers 4 modules
avec chacun ses chapitres, ses exercices, ses vidéos
d'explications, ses pratiques audios ...

Module 1. Rallumer l'étincelle de qui tu es
Reconnecter à ce que tu aimes, te rémerveiller de
tout ce que tu as déjà vécu et retrouver la fierté
d'être toi.

Chapitre 1. T'émerveiller de ton histoire
Chapitre 2. Mettre des mots sur ce qui te drive
Chapitre 3. Redécouvrir ce que tu fais de mieux
Chapitre 4. Comprendre ton mode de fonctionnement
pour en faire une force au travail

Masterclass "Ressentir au quotidien : tes émotions, ta
boussole dans la nuit".

Le Cercle Work Alive, chapitre par chapitre

Module 2. Sonder l'obscurité qui t'entoure et a affaibli ta lumière

Avec amour et bienveillance, mettre des mots sur ce qui te freine, accueillir cette part de toi qui t'a aidée à un moment mais qu'il est temps de laisser partir.

Chapitre 1. Identifier les messages qui te contraignent à faire plaisir, être parfaite, faire des efforts, être forte...

Chapitre 2. Mettre à distance ce problème majeur au travail qui t'empêche d'être toi-même

Chapitre 3. Savoir rire aux éclats de tes défauts

Chapitre 4. Lâcher la comparaison & la culpabilité

Masterclass "Reprogrammer ton cerveau : des pensées au service de ton bien-être (et plus l'inverse)"

Module 3. Raviver la flamme dans ton travail

Retrouver cet élan de début de carrière, ce "tout est possible", reconnecter avec tes rêves ou en définir de nouveaux.

Chapitre 1. Reconnecter avec tes rêves d'enfant

Chapitre 2. Faire du temps ton allié

Chapitre 3. Redéfinir l'échec vs. la réussite

Chapitre 4. Ta nouvelle vision de l'argent

Masterclass "Reconstruire en conscience une relation idéale au travail et à l'ambition".

Le Cercle Work Alive, chapitre par chapitre

Module 4. Que la flamme se transforme en feu

Que ton feu intérieur rejaillisse à l'extérieur, que ta confiance & ta puissance te portent, pour impacter à ton tour.

Chapitre 1. Accueillir la peur & l'alchimiser

Chapitre 2. Ton Club de Soutien au travail

Chapitre 3. Briller dans tes relations pros

Chapitre 4. Incarner le leader que tu es

Masterclass "Dessiner ton arbre de vie : la version de toi qui vibre chaque journée au travail".

Module 5. Embarquer dans le changement pro (optionnel)

Envisager un changement de métier / de statut / de secteurs ou de vie pro avec une méthode pas à pas, sans avoir peur de te tromper.

Chapitre 1. Définir ton ikigaï

Chapitre 2. Lister tes options

Chapitre 3. Mener ton enquête

Chapitre 4. Confronter avec ta réalité

Masterclass "J'ai peur mais j'y vais".

Et plein d'autres surprises et bonus audio à explorer directement dans ma plateforme en ligne.

WORK ALIVE

Le Cercle

