

Offre dans le cadre d'un
programme social :
territorial ou
institutionnel

Alicia LIARD

Offre de

Programme social

Lorsque je bouge... tout bouge

Alicia LIARD

Mes services
dédiés aux

Programmes sociaux : territoires et institutions

+33(0)6 07 25 93 34
alicia.liard@metanima.fr

www.metanima.fr

Les Offres

A propos de moi et de Met@nima 03

Offre I

L'accompagnement d'un groupe :
Méthode de coaching collectif 04
Thème : les valeurs 05

Offre II

L'accompagnement individuel :
Méthode de coaching - psychologie
Thèmes : les blocages, les limites, les croyances 06
(en accéléré sur 1 thème ou complet)

Offre III

La résilience - Atelier Kintsugi en groupe : 07
Médiation sociale par l'Art : 08
Art traditionnel de réparation à dimension thérapeutique

Offre IV

La confiance en soi et son image :
Médiation sociale par l'Art : 09
Shooting photos - photo-coaching

Me contacter pour obtenir un devis détaillé : 10

A propos d'Alicia Liard et de Met@nima

Qui Suis-je ?

Coach certifiée RNCP, j'exerce auprès des particuliers, des acteurs sociaux et des entreprises en proposant mes services de coach personnelle, professionnelle et d'équipe.

Formatrice certifiée, j'accompagne les microentreprises, PME, TPE dans le développement de leur entreprise éco-responsable. J'accompagne et j'enseigne auprès d'écoles sociales et auprès d'éducateurs spécialisés.

Photographe et artisan Kintsugi, j'accompagne tous les acteurs éco-responsables, les particuliers et propose ces services dans un objectif de médiation sociale et démarche thérapeutique.

Bercée par le monde de l'entreprise, mes expériences professionnelles m'ont toutes amenées à devenir ce que je suis aujourd'hui et par voie de conséquence, faire le métier que "je suis".

En connaissance de la réalité qui nous entoure, je me distingue en offrant des services favorisant le développement personnel, la réparation de soi, l'accompagnement vers l'objectif à atteindre dans son projet de vie.

Issue du secteur médico-social, je connais les publics, leur spécificités et j'ai pu adapter mes techniques de travail aux besoins de tous et selon les spécificités de chacun.

Par l'approche coaching, je propose un accompagnement concret et factuel autour d'ateliers, de tables rondes, de travail de groupe ou de prise en charge individuelle.

Pourquoi Met@nima ?

Elle est le reflet de mon engagement envers ma société, ma part du marché, la responsabilité que je prends envers mon prochain.

Elle est mon "colibri".

"Meta" signifie la transcendance et "Anima" le souffle nouveau/la renaissance. Anima a une double connotation car anima-mae signifie l'âme.

Voyez ici le symbole du chemin que l'on fait en soi pour transcender ses obstacles, ses freins, ses blocages et ainsi mettre au jour (à jour?) ses valeurs et œuvrer pour soi en fonction de ce que nous sommes vraiment.

Quelques références*

DEIS - Diplôme D'Etat d'Ingénieure Sociale – En cours de finalisation

CERTIFICAT CEFI – Formateur certifié 2019

CERTIFICAT RNCP – COACHING PERSONNEL, PROFESSIONNEL et EQUIPE 2018

PSYCHOLOGIE GÉNÉRALE (Enfant, adulte, entreprise) et MORPHOPSYCHOLOGIE – 2016/2018

MASTERS DE PREMIER CYCLE : CAFERUIS – FLEPES - 2014

CHEF DE PROJETS – 2005

* Mise à disposition sur demande d'un CV et des justificatifs de diplômes



sanitaire - social et médico-social



**Partenaire
responsable**

**handicap, inclusion,
réinsertion, éducation...**

ACCOMPAGNEMENT EN GROUPE

Atelier Coaching de groupe :

2 séances de 1h30

Thème « les valeurs ».

Séance 1 :

Ici, le groupe travaille sur ce qu'est une valeur, quelles sont les leurs et celles n'étant pas nourries.

L'objectif est de mettre en lumière leurs forces et apprendre à mettre en mouvement leurs ressources internes. En prendre conscience et travailler la valorisation de soi, la confiance et l'estime.

A ces constats, le groupe recherchera ensemble les actions concrètes que chacun mènera individuellement entre les deux séances. Ces actions ayant pour thème la/les valeurs insuffisamment nourrie(s) afin de la/les mettre en énergie et se mettre également en mouvement avec un levier "plaisir" et valorisant.

L'objectif 1 :

Les reconnecter à la notion de groupe. Aller de l'extérieur (le groupe) vers l'intérieur (soi). Avec les méthodes de coaching et d'accompagnement, je fais émerger leur réflexion, et fait naître l'intelligence collective. Les personnes reprennent ou prennent contact avec la notion du collectif et la réflexion en groupe.

Ici, nous « ramollissons » déjà l'une des premières craintes du retour au milieu ordinaire, à la société, ou encore à l'emploi : « qui suis-je dans le groupe ? Quelle est ma place ? Suis-je à la hauteur ? Va-t-on m'intégrer ?...

L'objectif 2 :

Travailler l'estime et la confiance en soi à travers leurs valeurs. Remonter l'estime qu'ils ont d'eux et avoir en miroir, le regard « de l'autre » qui se pose sans jugement et avec bienveillance.

L'objectif 3 :

Les mettre en mouvement avec des actions concrètes pour commencer le "fameux" premier pas, mais dans un cadre sécurisant, valorisant et créant de l'élan. Ici nous entamons le processus de dynamisation et de mise en route d'un projet de vie. Ils nourrissent entre les 2 séances leurs valeurs en menant à bien les actions qu'ils se seront fixées. Nourrir les valeurs signifie remonter en élan et en motivation. Ils se préparent ici à mener à bien les autres objectifs en s'appuyant sur leurs ressources internes.

Séance 2 :

Durant cette nouvelle et dernière séance, mon rôle est de recueillir leurs retours et ressentis afin d'aller plus loin sur ce que ça a changé pour eux. Les aspects positifs, le nouveau regard sur certaines choses, même si elles peuvent paraître anodines.

Mon objectif est de valoriser ce qu'ils me transmettent de leur expérience.

Le groupe se connaît, un regain d'énergie et de confiance a eu lieu. Par conséquent, leurs discours évoluent également.

Ici, je recueille les points de blocages, les limites, les croyances et tout élément "empêchant" que j'entends à travers leur récit et leur interprétation de la situation. J'évalue le profil et donc comprends le discours et le positionnement à opérer à titre individuel par et pour la suite : profil généralisateur, leader, rêveur...

A travers le débriefe des valeurs et des actions menées, ils évoquent entre eux leurs effets positifs et alimentent également un nouveau réflexe, un mode de pensée : la pensée positive.

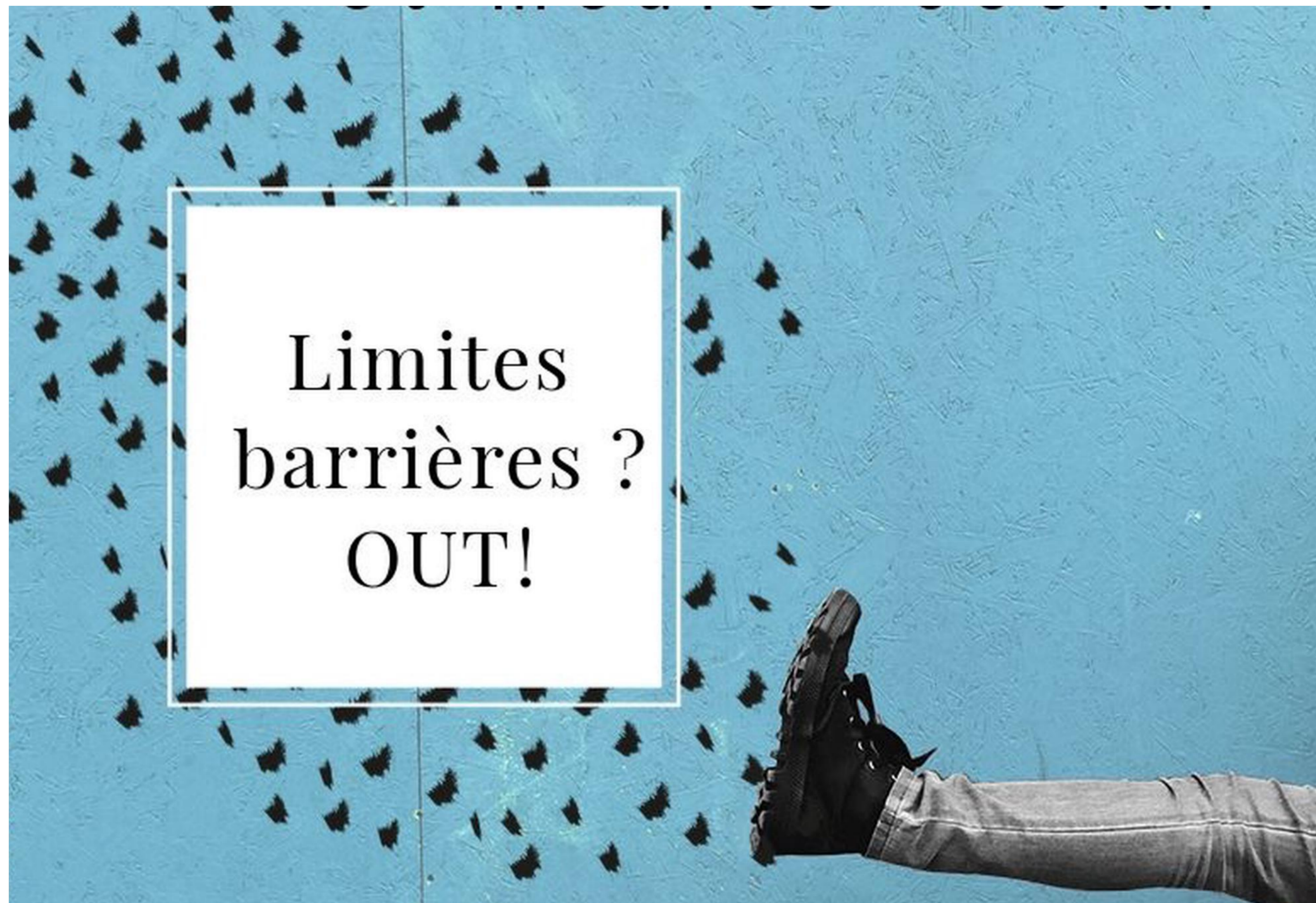
Ce débriefe permet ensuite une prise en charge individuelle en coaching allégé ou complet et tourné vers les blocages. Comme exemple, pour les coaching allégés nous allons travailler aux blocages et à comment les contourner. Durant les coaching complets, c'est l'ensemble des domaines de vie que nous restructurons permettant ainsi de supprimer les blocages, les limites et avancer, non seulement sur l'objectif initial, mais aussi, devenir autonome pour le reste du chemin de vie.

Objectif :

Apprendre à rendre positivement un retour sur une expérience (comme pour un travail à mener par exemple). Ici, on reconnecte avec l'aspect groupe, la dimension Sociétale et l'intégration/inclusion professionnelle.

Valorisation de soi et prise de confiance pour aboutir à des objectifs de vie concrets.

Ils seront en énergie montante et positive pour la suite de leur programme, ce qui est fondamental pour le bon déroulement de la suite des actions.



Qu'est ce que le coaching social ?

ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUEL

Coaching express ou complet :

2 séances (minimum) de 1h30

Thème « les blocages »

OU

18 à 21 séances sur un coaching complet

Prise en charge par un coaching individuel en accéléré pour gérer les blocages, les limites, les peurs et tout élément empêchant le passage à l'action.

Ou prise en charge par un coaching individuel complet pour accompagner dans la personne dans un chemin jusqu'à l'aboutissement d'un objectif concret et fixé (exemple : retour à l'emploi)

Objectif :

Cibler, comprendre l'origine, mettre en place les leviers et ressources nécessaires pour contourner, ramollir ou supprimer les blocages durant le coaching accéléré et permettre la bonne faisabilité du projet de vie.

C'est une méthode harmonieuse et globale qui prend en compte tous les paramètres de vie et de personnalité : qualités, aptitudes, savoir-être, sensibilité, histoire personnelle et familiale, caractéristiques sociales...

Elle permet de se protéger de l'avenir et de redevenir acteur et responsable de son futur.

Ici, le coach aide à créer un véritable projet de vie, tenant compte d'un équilibre entre tous les domaines de vie : professionnel, famille, vie sociale, couple et personnel.

Un coaching, c'est un accompagnement :

Technique et psychologique, qui s'adapte à la demande et surtout au besoin et sur l'ensemble des champs d'application du domaine social.

Un coaching c'est une approche :

Orientée « ressource » et « solution ». Elle est basée sur un axe présent-futur et est très concrète et factuelle pour aider la personne à atteindre ses buts.

Un coaching c'est une démarche structurée :

Elle vise un résultat en respectant des étapes d'actions à mener concrètement. Elle met en mouvement.

Un coach n'est ni un formateur, ni un conseiller. Il est un aidant facilitateur d'atteinte d'objectifs. Il aide à révéler l'ensemble des solutions



La
médiation
sociale par
l'Art

ATELIER KINTSUGI

**Atelier en groupe sur la
méthode traditionnelle ou
accélérée (adaptable au
public)**

-

**L'Art au service de la
résilience**

Un Art traditionnel japonais :

Cette technique consiste en la réparation d'un objet brisé en rassemblant les morceaux entre eux de façon étanche et de conclure en soulignant chaque faille avec une poudre d'or. L'idée n'est pas de cacher les lignes mais bien de les révéler. L'Art en lui-même est appelé le Kintsukuroi qui veut dire « raccommodage à l'or ».

Le procédé traditionnel est rigoureux et précis. La réparation se déroule en plusieurs étapes et sur plusieurs semaines.

Briser, recoller, travailler les failles et les révéler à l'or comme le symbole d'un travail de résilience.

La dimension thérapeutique

Le Kintsugi est un Art qu'il est aisé et poétique de transposer à la réparation du soi par la réparation de l'objet :

Une cassure puis la patience et le travail pour recoller les morceaux pour terminer sur la richesse du travail accompli avec l'or. L'image étant de devenir plus fort et plus riche de cette expérience...

Il est une métaphore parfaite de résilience et de patience d'un travail sur soi. Cet Art-thérapie est parfait pour accompagner une personne à transcender ses épreuves de vie. L'or comme symbole des difficultés surmontées, et le processus de réparation comme symbole de la réparation de soi. Ici, on passe par la matière, procédé parfois plus simple que d'avoir à parler de soi à quelqu'un ou d'entamer une démarche thérapeutique...

Le message est poétique, la démarche initiatique et rappellent que quelque soit notre blessure, cette philosophie, cette approche et cette énergie nous soutiennent et nous accompagnent vers la guérison.

L'intention est posée, nous nous mettons en mouvement, nous réparons, nous créons... nous guérissons...

Parce que quand je bouge, tout bouge...

Pourquoi le Kintsugi comme Outil de médiation sociale ?



Ici, le thérapeute ou l'acteur social transmet un savoir faire. Cette transmission favorise la confiance en soi et valorise le bénéficiaire.

De plus, A travers la matière, le bénéficiaire opère une transformation, répare et aboutit à un travail qui se matérialisera de façon concrète pour lui.

C'est un outil factuel sans barrière de langage ou culturelle car il n'y a pas besoin de mots pour comprendre la réparation et cet art. Il est neutre car il n'appartient pas à notre artisanat et arts occidentaux.

Il est la visualisation, la transposition de sa propre réparation. Le soin à apporter à la pièce permet de faire le parallèle avec le soin à s'apporter soi même pour "guérir" les blessures de sa vie.

L'utilisation de matériaux nobles et onéreux permet aussi de valoriser les personnes qui le détiennent et le conserveront...

Cet outil de médiation permet d'accompagner les bénéficiaires dans la valorisation de soi et la confiance par l'aboutissement d'un projet concret. Mes méthodes permettent d'aboutir systématiquement à un résultat. Il n'y a donc pas de risque d'échec. Chaque initiation de reconstruction de soi doit d'abord commencer par une prise de confiance. Mettre en oeuvre et réussir ce qui a été initié est fondamental pour entamer par la suite une approche plus approfondie et la mise en mouvement d'actions concrètes de vie.

Cet outil est également un outil de réparation de soi. A travers l'objet que nous réparons, nous nous réparons également. La résilience et la guérison de nos blessures sont essentielles pour entreprendre ensuite des choix de vie et mener de nouvelles expériences.

Je propose cet atelier avec les méthodes traditionnelles (laque naturelle, or, temps de travail...) mais je le propose également en accéléré ou avec d'autres matériaux que l'or. Cet atelier s'adapte à tous les publics.



LA PHOTO-COACHING

Accompagnement thérapeutique en 3 séances et étapes

Elle permet de s'offrir un nouveau regard et sous l'œil bienveillant du thérapeute pour apprendre à s'accepter, à travailler son image, son estime de soi... et oser ! Handicap, blessures, perte de confiance, il est un outil qui transcende le regard que l'on se porte vers un regard meilleur et admiratif.

A travers la photo, la personne renforce son engagement auprès de lui-même, mais aussi au regard de la société dans laquelle il a à s'y projeter.

On reprend confiance, on se redonne de l'espoir, on se revalorise pour ensuite s'engager dans l'action et la mener avec force et courage.

Etape 1 : La Prise de contact : 1h

- Établir la demande initiale et l'objectif du shooting (cadre d'intervention, objectif, public...)
- Ecoute de la personne sur les ambiances qu'elle aime, les environnements, les couleurs... et on met en place ensemble "un tableau"

Etape 2 : L'initiation et le shooting : 2h

L'objectif est de mettre à l'aise la personne. Lui donner de l'importance et l'accompagner avec mes méthodes de coaching, de PNL et de psychologie vers une "autorisation" d'être beau/belle et d'exister.

Etape 3 : La présentation des clichés et le recueil de son ressenti : 2h

Les images parlent d'elles mêmes. Aucune possibilité pour le photographié de ne pas admettre la beauté de ce que le photographe voit. Il ne peut pas nier le regard que cet "autre" a posé sur lui/elle et la beauté de ce qu'elle a vu.

Quelles que soient les particularités sociales, physiques ou psychiques, l'intensité du message "le droit d'être qui nous sommes et nous sommes beaux" éclate au grand jour.

C'est un beau moment de prise de conscience et d'émerveillement pour reprendre confiance en soi et aller vers ses buts et objectifs de vie.

**Pour me contacter et obtenir un
devis personnalisé**



ALICIA LIARD

33(0)6 07 25 93 34

alicia.liard@metanima.fr

www.metanima.fr