









Et si les lamas contribuaient à développer vos compétences?



1h de l'aéroport de Lyon Saint-Exupéry. 30 min de l'aéroport de Grenoble. 40 min de la gare TGV de Valence. 20 minutes de l'autoroute A7.



Lamas des Plaines 830 chemin de la Bretonnière 26330 CHÂTEAUNEUF DE GALAURE



contact@lamas-coaching.com



lamas-coaching.com







Un séminaire inédit de 2 jours pour améliorer au sein de l'équipe :

- la gestion du stress
 - la communication
 - la coopération
 - l'efficacité

À la croisée de 3 disciplines :

- médiation animale
 - bien-être oriental
 - psychologie cognitive

Le concept du séminaire

Le mode de communication du lama étant essentiellement comportemental, il nous apprend à nous positionner de facon iuste.

L'interaction avec l'animal nous permet de prendre conscience de notre propre façon de communiquer, de nos compétences et comportements relationnels.

Les lamas deviendront vos partenaires pour révéler vos potentiels.

 La sensibilisation aux techniques orientales Shindou et Shiatsu vous permettra de mieux gérer le stress et de développer votre écoute et votre capacité à prendre soin de soi et les uns des autres.

En alliant théorie et pratique, la sychologue aide l'équipe à développer ses Soft Skills : à mieux communiquer et à être à l'écoute de ses besoins et de ses émotions, pour garder ou retrouver la motivation et l'énergie dans ses activités. Elle apporte ainsi des clés de compréhension et des outils pour de meilleures relations dans l'équipe ainsi qu'un renforcement de la santé mentale de ses membres.

Programme des 2 journées

Programme du séminaire aiustable en fonction des objectifs de l'équipe.

9h30-12h30 / 13h30-17h l^{re} iournée

Accueil, présentation et découverte du site.

Apports théoriques et pratiques sur la santé mentale: énergie, émotions, stress, burnout.

Mise en lien avec les lamas.

Techniques de bien-être.

9h30-l2h30 / l3h30-l7h 2^e journée

Théorie et pratique de l'affirmation de soi.

Mise en lien avec les lamas.

Techniques de bien-être

Temps d'évaluation et de clôture.

Au cœur de la Drôme des Collines, dans un cadre ressourçant.

Tarif équipe

1000 € par personne les 2 jours de séminaire avec un minimum de 4 et un maximum de 8 participants.

Collations incluses. Hors repas et hébergements.







Vos intervenants!

3 professionnels en présence permanente.



Charlène, professionnelle de la médiation animale depuis une auinzaine d'années. Passionnée

par les camélidés, elle est spécialisée sur l'analyse comportementale chez l'humain. Elle vous accueillera chez elle, aux Lamas des Plaines.



Patric, praticien en disciplines orientales de bien-être auprès de particuliers, personnes en

difficultés sociales, personnel hospitalier et entreprises.



Marion, neuropsychologue, docteure en psychologie cognitive. Passionnée par le maintien et le

renforcement de la santé mentale, elle aime transmettre savoirs et compétences pour accompagner chacun vers une vie plus apaisée et humaine.



40 lamas éduqués et motivés!









