



Corps à Coeur

Un accompagnement pour les femmes professeures des écoles
Te sentir confiante, enthousiaste et épanouie dans ton métier de coeur

*Pour vivre pleinement ton métier-passion
avec sérénité et enthousiasme au lieu de lui survivre*

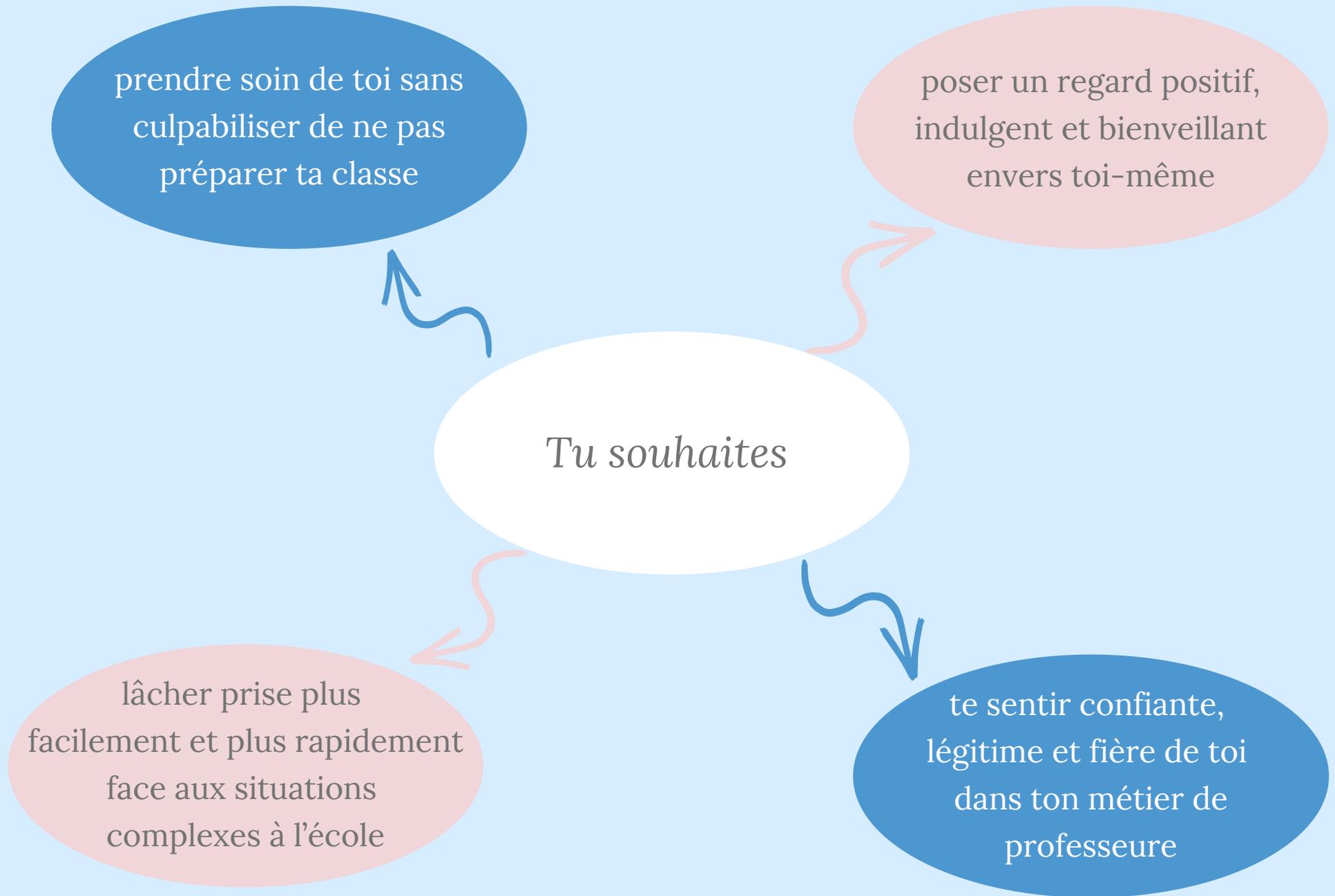
prendre soin de toi sans
culpabiliser de ne pas
préparer ta classe

poser un regard positif,
indulgent et bienveillant
envers toi-même

Tu souhaites

lâcher prise plus
facilement et plus rapidement
face aux situations
complexes à l'école

te sentir confiante,
légitime et fière de toi
dans ton métier de
professeure



Atelier offert en ligne

Je te propose : un atelier offert

lieu : en ligne (sur zoom)

durée : 1h15

date : voir le calendrier (lien d'inscription)

Pour :

- **exprimer** et **libérer** des **émotions** liées à ton vécu de professeur
- **prendre du recul** sur les situations que tu traverses à l'école
- **recalibrer** ton rapport à ton métier à ta juste mesure
- **recevoir** des **clés** et des **outils** précieux pour vivre ton métier avec calme et enthousiasme

Je m'inscris

Corps

- un temps pour couper avec ton métier et **observer** ce qui se passe dans ton corps
- un temps pour **prendre soin** de toi et te faire passer avant tes élèves
- un temps de **détente** pour ressentir du soulagement, de la légèreté et du boost

Coeur

- une **reconnaissance** et une validation personnelles de tes talents uniques de professeure
- un **enthousiasme** et une **joie** retrouvés
- une **communauté** de coeur avec des femmes professeures soutenantes et inspirantes

“Je n’ose pas dire ce que je pense ni ce que je ressens”

“Je me laisse marcher dessus”

“Je me sens illégitime”

“Je dis oui à tout
quitte à m’oublier”

“Je suis épuisée, rincée
physiquement et
psychologiquement”

“Je suis toujours à flux tendu”

Vos mots

“J’ai un grand sens du sacrifice”

“Je n’arrive pas à m’arrêter
alors que tous les feux sont
au rouge”

“J’assume de nombreux
rôles : femme, mère,
fille, professeure,...”

“Je dois me débrouiller par
moi-même, personne ne me
viendra en aide, je me sens
seule”

“Je culpabilise quand je
prends du temps pour moi”

“Je n’arrive pas à prendre
du recul”



Laura

J'accompagne les femmes à récupérer leur pouvoir personnel par la danse

J'ai été professeure des écoles pendant 7 ans et je comprends tellement tous ces états de souffrance car je les ai vécus dans ma chair.

Face aux difficultés de ce métier de coeur, j'ai croulé sous la liste des tâches à n'en plus finir, désespérée de voir ma joie intérieure s'éteindre peu à peu, être complètement vidée TOUS LES JOURS, ne pas pouvoir accompagner les élèves comme je le souhaitais ni mettre pleinement à profit mes talents au service de l'éducation ...

Je ne me suis plus reconnue pendant si longtemps.

Aujourd'hui, je crée des espaces pour accompagner les femmes professeurs des écoles à VIVRE de leur métier-passion au lieu de lui survivre.

[En savoir plus](#)