Aper'Ikigaï : Découvrez

Une rencontre gratuite pour découvrir l'approche Ikigai et poser vos premières questions

J1 : centrez-vous sur votre Ikigaï

Expérimentez la méthode sur vous-même et explorez les 4 dimensions de l'Ikigai

Entre les 2 journées : Expérimentez

Mettez la méthode en pratique à partir d'une situation réelle de votre activité

J2 : Adaptez l'Ikigai à votre pratique - Selon

votre profil et vos objectifs, explorez différentes applications

After'Ikigaï : Approndissez

Un temps de suivi en option pour revenir sur vos expériences, vos questions et vos pratiques après la formation

Découverte → **J1 formation** → **Intersession** → **J2 formation** → **Suivi**

Une formation commune, puis une mise en pratique adaptée à votre réalité professionnelle