

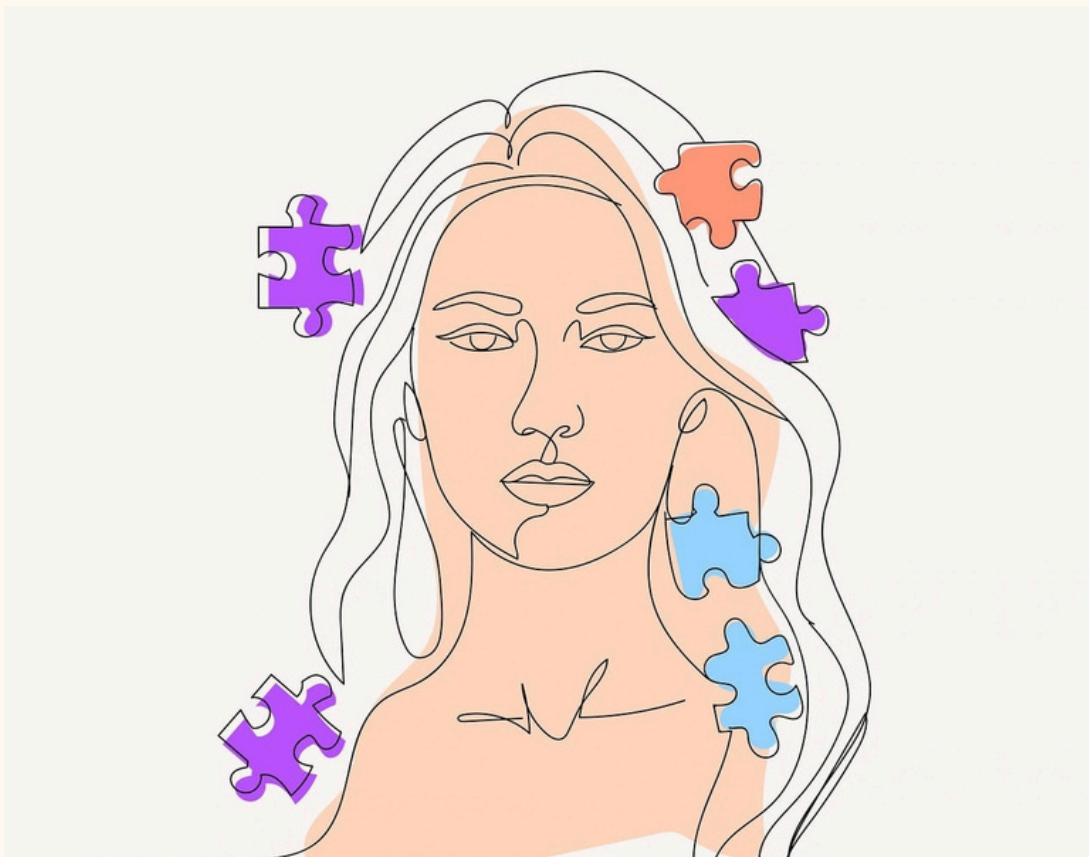
TRAVAILLER SANS FONCTIONNER CONTRE SOI CONSTRUIRE UNE ACTIVITÉ SOUTENABLE

COMPRENDRE SON FONCTIONNEMENT POUR MIEUX ENTREPRENDRE

Quand on se lance à son compte, on construit souvent son activité à partir de ce qu'on pense qu'il faut faire : être disponible, répondre vite, multiplier les offres, tout personnaliser... À force, on peut finir par travailler selon des règles qui nous correspondent mal, sans forcément s'en rendre compte.

Cet atelier propose d'abord de **mieux comprendre votre propre fonctionnement professionnel** : ce qui vous aide, ce qui vous coûte, ce que vous compensez, mais aussi ce qui fonctionne déjà bien. À partir de là, vous pourrez repérer les zones de friction et identifier ce qui mérite réellement d'être ajusté.

L'objectif n'est pas de tout changer, mais de **construire une manière de travailler plus soutenable et plus cohérente avec votre fonctionnement réel**.



CE QUE CET ATELIER PEUT VOUS APPORTER

- Mettre des mots sur votre manière de fonctionner au travail : ce qui vous aide, ce qui vous freine, ce qui vous demande de compenser et ce qui fonctionne déjà bien.
- Repérer plus clairement les endroits où votre activité vous coûte trop en temps, en énergie ou en récupération, et comprendre ce qui relève réellement d'une friction à ajuster.
- Identifier des évolutions possibles dans votre organisation, votre rythme, vos limites ou la structure de certaines prestations, en tenant compte à la fois de votre fonctionnement et de la réalité économique de votre activité.

À l'issue des deux jours, vous repartez avec une meilleure connaissance de votre fonctionnement professionnel et un ajustement concret à tester dans votre activité.



POUR QUI ?

Cet atelier s'adresse aux professionnels de l'accompagnement indépendants qui souhaitent mieux comprendre leur fonctionnement au travail.

Il est particulièrement pertinent si vous avez le sentiment de trop compenser ou de fonctionner selon des modèles qui vous conviennent mal.

Vous exercez dans un autre domaine ? L'atelier reste accessible à tout indépendant souhaitant travailler sur son fonctionnement professionnel.

LE PROGRAMME

JOUR 1 : MIEUX COMPRENDRE SON FONCTIONNEMENT ET SON ACTIVITÉ

9 h – 12 h

Mieux comprendre votre fonctionnement : ressources, besoins, contraintes, préférences, rythmes, variabilité et compensations.

14 h – 17 h

Rendre visible ce que votre activité vous demande réellement, au-delà des prestations facturées. Mettre cette réalité en regard de vos ressources, de votre rythme et de vos contraintes.

JOUR 2 : REPÉRER LES FRICTIONS ET CONSTRUIRE UN AJUSTEMENT

9 h – 12 h

Croiser votre fonctionnement, votre activité réelle et votre contexte pour repérer ce qui vous coûte, ce que vous compensez et ce qui fonctionne déjà bien. Identifier une ou deux frictions prioritaires et distinguer ce qui relève d'un problème, d'une contrainte ou d'un compromis acceptable.

14 h – 17 h

Explorer différentes pistes d'évolution, les confronter à leur faisabilité et à la réalité économique de votre activité, puis choisir un ajustement concret à tester. Définir quelques repères simples pour évaluer ses résultats.

MODALITÉS GÉNÉRALES

- **Format** : 2 journées consécutives en présentiel
- **Horaires** : 9 h – 12 h / 14 h – 17 h
- **Groupe** : 8 à 12 participants
- **Tarif** : 240 € TTC par personne pour l'ensemble des 2 journées
- Une courte préparation est transmise avant l'atelier afin de commencer à observer votre activité et de rassembler quelques repères utiles
- Un retour d'expérience collectif facultatif en visio est proposé environ 3 mois après l'atelier.

VOUS SOUHAITEZ PARTICIPER ?

Pour connaître les prochaines dates, vous inscrire ou échanger sur l'atelier, contactez-moi : aureliabh.fr/contact/

