



CIYO

« COMING INTO YOUR OWN »





COMING INTO YOUR OWN

Soutenir le développement du leadership
de toutes les femmes

**Du mardi 3 mars 2026 à 15h
au vendredi 6 mars à 14h30**
Hostellerie du Bon Pasteur
Angers (49)

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

VOUS ÊTES UNE FEMME ET SOUHAITEZ ...

-  Vous (re)connecter à votre nature profonde.
-  (Re)trouver un équilibre personnel, professionnel, familial...
-  Vous réserver un temps de pause et de réflexion.
-  Vous (re)connecter à vos capacités de leadership

POUR...

Prendre conscience de vos atouts et les rendre visibles

(Re)prendre confiance en vous

Ouvrir le champ des possibles

Vous (re)mettre au centre de votre vie

Gérer activement et sereinement une transition de vie.

« COMING INTO YOUR OWN »: UN PROGRAMME ENTRE FEMMES



(RE)TROUVER SON ÉQUILIBRE

Ce programme a été développé par le Ashland Institute dans l'Oregon aux États-Unis et déployé dans le monde entier.

Les accompagnatrices certifiées par le Ashland Institute, ont animé des centaines de programmes à travers le monde. Des entreprises ont sponsorisé et soutenu des femmes managers et des collaboratrices pour participer au programme.

Beaucoup de femmes ont également choisi de participer à titre individuel.

1998

Création aux
États Unis

2011

1^{er} programme
en France

440

Femmes
participantes

www.comeintoyourown.fr

PROGRAMME

<https://www.ciyofrance.fr>



UN PROCESSUS INDIVIDUEL ...

DANS UN CADRE NATUREL, PROPICE AU CALME ET À LA RÉFLEXION...

vous :

- Explorez les cycles de développement uniques aux femmes
- Dessinez votre histoire de vie personnelle qui vous a amenée à ce stade de développement
- Expérimentez un processus de symboles unique en petits groupes pour identifier les défis actuels et émergents sous différentes perspectives.
- Apprenez à utiliser des outils qui permettent de développer pleinement votre potentiel au féminin.



...DANS UN CADRE COLLECTIF

UN ACCOMPAGNEMENT PROFESSIONNEL TOUT AU LONG DU PROGRAMME

- Vous êtes accompagnée par une équipe de femmes formées et certifiées, professionnelles de l'accompagnement individuel et collectif. Une accompagnatrice pour 3 à 4 participantes.
- Un appel individuel avant le programme.
- Une liste de lectures préparatoires conseillée.
- Un support pédagogique complet.
- Une séance de coaching individuel 2 mois après le programme qui permet de renforcer les connaissances acquises et leur mise en pratique.



Programme CIYO

**Du 3 au 6 mars
2026**

Inscriptions



Prix du programme

Le prix de ce programme comprend : l'accompagnement et les frais pédagogiques durant les 4 jours sur site ainsi qu'un appel d'accueil avant et un appel de suivi après le programme. Chaque femme bénéficie ainsi d'un accompagnement individuel en complément de l'expérience collective partagée en résidentiel.

- **Entreprises, association ou organisations de plus de 10 salariés** : 2376 € TTC, soit 1980 € HT
- **Entreprises, association ou organisations de moins de 10 salariés** : 1428 € TTC, soit 1190 € HT
- **Professions libérales** : 1428 € TTC, soit 1190 € HT, ou 990 € TTC, soit 825 € HT, si inscription et règlement avant le 3 décembre 2025
- **Individuelle** : 924 € TTC, ou 740 € TTC si inscription et règlement avant le 3 décembre 2025
- **Duo*** : 724 € TTC par personne
- **Alumni individuelle**** : 462 € TTC

Le prix ne doit pas être un frein : possibilité de l'allocation d'une bourse sur le prix du programme. Parlons-en !

* Offre Duo : valable pour toute inscription de deux amies ou membres d'une même famille, en même temps

** Alumni individuelle : toute femme ayant déjà participé à un programme CIYO

Individuelle / Alumni : paiement possible en 3 fois à finaliser avant le début du programme



Prix de la prestation d'hébergement

L'hébergement en pension complète s'élève à **480 €** en chambre partagée à 2 participantes (avec 2 lits simples)

Hostellerie Bon Pasteur



Conditions de règlement et d'annulation

- Le paiement intégral du prix du programme est requis avant le démarrage du programme
- En cas d'annulation :
 - Après le 20 février 2026 (J-10), la totalité du prix du programme et la totalité du prix de l'hébergement sont dus
 - Entre le 1er fév. 2026 (J-30) et le 20 fév. 2026, 70 % du prix du programme et 70 % du prix de l'hébergement sont dus
 - Entre le 3 déc. 2025 et le 31 janv. 2026, 50 % du prix du programme et 50 % du prix de l'hébergement sont dus

LES ACCOMPAGNATRICES



**Nadia
BRETAGNOLLE**

Ingénieur agronome de formation, Nadia accompagne depuis une vingtaine d'années des organisations agricoles. Elle a commencé sa carrière en Italie durant sept années et y a fondé sa famille. En 2009, elle rentre en France et accompagne les transformations systémiques dans un réseau associatif. En 2014, elle se forme à la sociologie des organisations. Ce fut une véritable révélation ! Puis en 2017 elle devient coach professionnelle certifiée.

Nadia est une maieuticienne, elle accompagne l'éclosion de projets, la révélation des personnes via l'expression de leurs talents. Elle a acquis une expertise dans l'accompagnement du changement dans les organisations, la facilitation des processus collectifs, le renforcement de la cohésion dans les équipes.

Après avoir codirigé une association qui accompagne les transitions agricoles qu'elles soient humaines, organisationnelles, agro écologiques... elle poursuit son propre développement au service de l'épanouissement des organisations, des hommes et des femmes au sein de son cabinet Osmos&Co.



**Virginie
COLLINEAU**

Après un double cursus, Virginie se spécialise dans la conduite de projets notamment dans le domaine de la sécurité de l'information.

Elle réalise en 2015, un 1er programme CIYO en tant que Cadre supérieur au sein du groupe Carrefour. C'est une révélation : la sororité, l'équilibre du donner/recevoir, la mise en action, l'invitation à réaliser un virage à 360°. Elle quitte son poste en 2018 pour se former au coaching afin de mieux accompagner ses sujets de prédilections.

Certifiée Coach professionnelle en 2020, elle crée une société Way & Co qui lui permet d'accomplir sa mission : « Comprendre le fonctionnement de celles et ceux qu'elle accompagne et asseoir leur sécurité afin de se déployer entièrement ».

Engagée, elle est Vice-Présidente au sein de sa fédération de coaching et membre bénévole d'une association qui accompagne des femmes et des hommes, notamment pour changer le regard sur l'échec.

Elle se passionne pour la marche en totale autonomie, ce qui lui permet de se réajuster et de nourrir son amour pour la nature et, à travers les rencontres, pour les êtres.



**Adeline
SALVARY**

Après des études d'ingénieur agronome et des stages qui lui ont permis de parcourir le monde, Adeline a été successivement formatrice, responsable formation et consultante interne pour le réseau des chambres d'agriculture pendant 10 ans.

Bouleversée par la découverte de l'haptonomie avec la naissance de son premier enfant, elle s'est formée à cet accompagnement. Depuis, le sens du toucher et les sensations sont au cœur de sa pratique.

Aujourd'hui Coach certifiée et Facilitatrice, elle est fondatrice de la société inSENSée. Elle focalise ses interventions sur la connaissance de soi, l'authenticité des relations et le bien-être. Son ambition est de contribuer à « humaniser les entreprises ». Elle s'investit pour créer des espaces soutenant et régénérant dont celui du CIYO.

Elle est enseignante associée en Techniques de commercialisation à l'Université de Lorraine.