



Arts &  
Métiers  
ALUMNI

Pôle  
Carrières



**Saison 11**  
**Nouvelle version**

## REVEILLE TON ÉTOILE

Se reconnecter à soi-même,

Se mettre en mouvement,

Passer à l'action.

Déjà plus de  
5000 de  
participants

### SÉMINAIRE D'UNE JOURNÉE 3 mois de suivi avec son Buddy

Chacun a besoin d'un miroir démultiplicateur

et de la puissance de sa Promo-Étoile

Ce séminaire est **pour toi**, si tu souhaites :

- › Te connecter à ton talent
- › Nommer ton étoile
- › T'autoriser à voir et avoir plus de joie
- › Rester ancré dans ta puissance
- › Te mettre en mouvement vers ton objectif
- › Infléchir tes vies professionnelle et personnelle

**Le Pôle Carrières vous propose de monter d'un cran votre niveau d'Exigence et d'Excellence Professionnelles avec un nouveau processus.**

#### À QUOI SERT CE SÉMINAIRE ?

La conjoncture est bonne, profitons-en donc pour préparer l'avenir. La carrière est comme le réseau, elle se construit surtout lorsqu'on n'en a pas besoin.

Cette journée permet de mettre en lumière tes priorités, de mettre des mots sur tes talents, d'entrevoir le cap à suivre pour approcher ton étoile, donner du sens à ton emploi et à ta vie, de t'aligner TêteCœurCorps&Âme. Alors tu pourras décider de tes engagements qui vibrent en toi, puis... te lancer sur le chemin de la réalisation de ses engagements par simples Petits Pas avec légèreté... à partir de ton Potentiel, avec Puissance et surtout Joie, à ton rythme. Le présent est toujours présent, éternel.

Tout au long de la journée, nous approfondirons nos réflexions en échangeant librement et simplement, grâce aux outils issus du coaching et de la psychanalyse, aux meilleurs moyens de progresser sur ta voie.

Les non gadzarts aussi témoignent, dont Christophe, DAF, Sciences Po Paris :

*« J'ai été très agréablement surpris par cette approche qui mêle une démarche individuelle dans un cadre collectif où chacun aide l'autre et l'aide à « accoucher » de son projet. Le tout en une journée, ce qui n'est pas gagné d'avance. Le plus important, c'est ce que cela nous amène dans les mois qui viennent à avancer dans notre projet sous le regard des autres. C'est plutôt original. »*

Le séminaire est également proposé par les Alumni de Centrale Paris-Supélec, Sciences Po Paris, Neoma (école de commerce de Rouen et de Reims). Les participants ont de 20 à 70 ans, la majorité ont entre 30 et 45 ans. Ils sont issus d'écoles d'ingénieur ou de commerce dont l'Edhec, du domaine de la santé, du droit voire du barreau, certains sont étudiants quelques soient leurs formations...

### COMMENT S'ARTICULE LE SÉMINAIRE ?

Après le séminaire d'une journée qui te fait choisir ton Buddy, le processus de 3 mois se déroule chez toi ou avec tes voisins, en virtuel ou en présentiel, orchestré par le SuperBuddy qui peut être éventuellement ton Délégué Carrières ou un « VIP » du Pôle Carrières. Chaque processus est bien explicité par le Livret ce qui permet d'avancer en toute sérénité. Il est très souple pour s'adapter à ton emploi du temps.

#### Programme de la 1<sup>ère</sup> journée

- Me connecter à mon talent
- Découvrir mon Étoile
- Créer et incarner ma vision du futur
- Créer mes soutiens
- Engager mes prochains Petits Pas
- Découvrir et mesurer mes 4 Indicateurs de **Empowerment** : Potentiel ; Puissance ; Joie ; Place

#### Programme de 3 mois

- Concrétiser mes actions au quotidien
- Soutenir et être soutenu par mon équipe et par mon Buddy
- Choisir et appliquer régulièrement les 8 méthodes
- Célébrer la réussite

#### FACILITATEUR ET RENSEIGNEMENTS :

Marc Pavageau, An 181  
Psychanalyste – ingénieur Arts & Métiers  
ingel – Ingénierie éthique du langage  
06 73 82 51 01, [marc.pavageau@ingel-asso.org](mailto:marc.pavageau@ingel-asso.org)

Des participants témoignent :

*« Ce que je trouve le plus intéressant : s'autoriser à rêver ». Nathalie, Chef de projets*  
*« Avant je vivais à travers les autres, désormais je vis à travers moi ». Jean, Directeur de production*