



Cécile BESNIER

CONSULTANTE EN DEVELOPPEMENT DE RESSOURCES HUMAINES

Connaissance de soi - Management et posture managériale – Communication

06 62 53 46 63 - contact@cecilebesnier.fr

www.cecilebesnier.fr

DOMAINES DE COMPÉTENCES

FORMATION

Ingénierie pédagogique :

- Définition du cahier des charges de la demande
- Conception de projets de formation
- Animation d'équipes
- Pilotage de formation
- Évaluation des actions mises en place

Animation de formation :

- Connaissance de soi
- Communication interpersonnelle
- Management d'équipe

Pédagogie :

- Alternance d'exposés théoriques et d'exercices d'applications, d'ateliers créatifs, de jeux
- Apports de contenus en intelligence de situation

ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUEL ET COLLECTIF

- Posture managériale
- Partages de pratiques professionnelles (groupe de paires, outil «Co développement»)
- Performance d'équipe (Comité de direction, mise en lumière, compréhension de ce qui est dans la relation et la communication)

ATELIER

- Formation pratico pratique inter active d'1/2 journée sur «Jeux de pouvoirs», «différentes intelligences», «Travailler avec ses émotions», ...

EXPÉRIENCES PROFESSIONNELLES



2007 à ce jour

CONSULTANTE FORMATION/ACCOMPAGNEMENT

- Organisme formation *Nantes, Groupe RESsourCES La Buffière* conception d'actions de formation
- Animation plus de 60 journées de formation par an de groupes de 4 à 20 personnes
- Accompagnement de cadres et salariés d'entreprises



2002 à 2008



COMMERCIALE

- (logiciels SAGE) OLEAP La Chapelle/Erdre
- Gérer un panel de 300 PME et PMI
- Écouter et clarifier les besoins des clients
- Travailler en équipe
- Créer et diffuser des opérations commerciales
- Rédiger des propositions commerciales
- Négocier les conditions commerciales
- Vendre des prestations de service, formation, assistance



1997 à 2002

ASSISTANTE COMMERCIALE RÉGIONALE

- (logiciels SAGE) SILLAGE INGENIERIE Nantes
- Accueillir, renseigner, servir les clients
- Gérer les correspondances, le suivi administratif, la formation
- Organiser des plannings et des réunions
- Régler des litiges et les insatisfactions des clients



1994 à 1997

MISSIONS

- Différentes missions d'intérim : ENQUETRICE, STANDARDISTE, MANUTENTIONNAIRE, AGENT DE SÉCURITÉ et ANIMATRICE dans des centres de loisirs et home école

FORMATION

2006 à ce jour

SUPERVISION PROFESSIONNELLE

- Olivier Dosset – coach et thérapeute – *Nantes*
- Michel Welschbillig - Psychophoniste - *Rennes*
- Sylvie Maisonneuve - Rigologue - *Joué sur Erdre*
- Mireille Moulet - Equithérapeute - *Saint Mars Du Désert*
- Murielle Poirier - Art thérapeute - *Nantes*
- Michelle Monnier - Coache - *Grand Auverné*

1995 à ce jour

FORMATION CONTINUE

- VAE Responsable des dispositifs de formation – (2018) CAFOC Nantes
- Ennéagramme - Daniel Morel - (2011) Résonance Rennes
- Autobiographie raisonnée - (2010) Les Ecoscolies Nantes
- Autohypnose - (2009) IFHE Paris
- Jeu de rôles formatif - (2008) Odef Suisse
- Certifiée coach professionnel - (2005) Coach Académie Biarritz
- Licence Psychologie et Sciences Humaines - (1995) Université Nantes

PRINCIPAUX PARTENAIRES QUI M'ONT FAIT CONFIANCE





RÉFÉRENCES DÉTAILLÉES

CONCEPTION ET ANIMATION DE FORMATION POUR SALARIÉS ET MANAGERS

>>>MANAGEMENT

Manager et Mobiliser les hommes

8 managers - 2 jours - ARCELOR MITTAL - 2017

6 leaders de zone - 2 jours - GEBO CERMEX, AMIAUD - 2017

10 managers - 2 jours - AMIAUD, ACMIF, UMEA, OCEA, BUCHER VASLIN, VENDEENNE PLASTIQUE - 2017

10 managers - 2 jours - STX France, CEZUS, WEBASTO, AIRBUS - AFPI Saint-Nazaire - 2013

10 managers - 2 jours - TTA, LYONNAISE DES EAUX, SEITA, AIRBUS - AFPI Saint-Nazaire - 2012

5 managers - 2 jours - DCNS Nantes - 2012

12 managers - 2 jours - STX France, AIRBUS OPERATIONS, OCEA, BOBCAT France - 2014

7 managers - 2 jours - LA VENDEENNE DES PLASTIQUE, UMEA, OCEA, AMIAUD, AGIA, CARRE, BUCHER, ACMIF - 2015

6 managers - 2 jours - ARCELOR Nantes - 2012

Développer ses compétences de manager

10 responsables de services dont le directeur - 3 jours - BODARD CONSTRUCTION MODULAIRE La Mothe Achard - 2020

13 responsables de service - 2 jours - DEFONTAINE La Bruffière - 2018

26 managers - 5 jours (3 groupes) - SPI Malville - 2018

6 managers - 6 jours - BODARD La Mothe Achard - 2018

5 managers - 6 jours - STIF Saint George Sur Loire - 2018

10 chefs projet - 4 jours - KELVION THERMAL SOLUTIONS Nantes - 2016

12 agents de maîtrise - 20 jours - DEFONTAINE La Bruffière - 2016

7 responsables projet - 4 jours - GEA BTT Nantes - 2014

6 responsables de service - 9 jours et 5 rdv individuel de 2 heures - SERMO SHAPERS Séguinière et Aigrefeuille - 2013

Animer des réunions quotidiennes vivantes

5 managers du comité de direction - 1 jour – COTT'UP, COTT'ON (YVES ROCHER) Nantes - 2020

Animer une équipe

7 managers - 1 jour - CCI Pays de La Loire DINAMIC entreprises (GUISABEL, NAUTIPARK, ATLANTIC SENIOR, PASQUIER, AD CONFECTION) - 2018

Gérer une équipe transversale

8 managers - 2 jours - ARCELOR Nantes - 2013

Capitalisation d'expériences en co-animation

9 responsables de service - 1 jour - BODARD CONSTRUCTION MODULAIRE La Mothe Achard – 2020

7 managers - 1 jour – CHANTIERS DE L'ATLANTIQUE, WEBASTO, MANITOU BF, TMI-MF SAS - 2019

10 managers - 1 jour - BOUHYER, STX France, SOGEMI, TMHMF, ENVIE 44, LYDALL - 2018

8 agents de maîtrise - 1 jour - AFPI Nantes - 2017

>>> DÉVELOPPEMENT DE SOI

Connaissance de soi et relation aux autres

11 salariés d'une équipe - 8,5 journées : 4 journées de formation en groupe et de 3 séances de coaching individuel - CARENE Saint-Nazaire - 2020

8 salariés d'une équipe - 4 jours - DYNAMIPS DME 44 Saint-Herblain - 2019

12 managers - 7 journées : Alternance 4 journées de formation en groupe et de 3 séances de coaching individuel - AIRBUS Toulouse, Nantes, Saint-Nazaire - 2012 à 2017 - soit 41 groupes - 460 personnes

Développer ses potentialités, Mieux se connaître pour mieux manager

7 managers – 2 jours – RABAS, WEBASTO, BURGAUG, BOUHYER, CHANTIERS ATLANTIQUE, SNMP, BAUDRY, PRIMA - 2020

6 managers - 2 jours - ATLANTIC INDUSTRIE La Roche/Yon - 2019/2020

5 managers - 2 jours - PRIMA Les Herbiers - 2019/2020

7 managers - 2 jours - FONDERIE BOUHYER, PRIMA, RABAS, CHANTIERS DE L'ATLANTIQUE - 2019/2020

10 responsables de services dont le directeur - 2 jours - BODARD CONSTRUCTION MODULAIRE La Mothe Achards - 2019/2020

10 managers - 2 jours - GENERAL ELECTRIC Saint-Nazaire - 2019

6 managers - 2 jours - EUREKA FERMETURES, PRIMA, BOBCAT SA - 2019

11 managers - 3 jours - TME, NAVAL GROUP, ELECTRONIQUE HAUT ANJOU, FRANCE FIL INTERNATIONAL, VALEO, NEOPOST, BUISARD, NEUMANN, LE JOINT FRANÇAIS - 2019

9 managers - 3 jours - EOLANE, CHANTIERS DE L'ATLANTIQUE, MANITOU, BIO HABITAT - 2019

7 managers - 3 jours - CHANTIERS DE L'ATLANTIQUE Saint-Nazaire - 2019

8 managers - 2 jours - GENERAL ELECTRIQUE Saint-Nazaire - 2019

12 managers - 3 jours - OCEA, FOURE LAGADEC, ACSM, PRIA, CNH INDUSTRIAL, BURGAUD, BOBCAT - 2018

8 managers - 2 jours - ARCELORMITTAL ATLANTIQUE ET LORRAINE - 2018

8 managers - 3 jours - PRIMA, RABAS, FOURE LAGADEC, CAIB, ARDAMEZ - 2018

12 managers - 3 jours - RABAS, BOBCAT, PORNIC MECANIQUE PECHE PLAISANCE, ENVIE 44, GBM, LYDALL, ARMITEC, ACMAR - 2018

9 managers - 3 jours - CHANTIERS DE L'ATLANTIQUE, TMHMF, WESBATO, MANITOU, RABAS - 2018

13 managers - 3 jours - OCEA, PRIMA, CNH, FOURE LAGADEC, BOBCAT, BURGAUD - 2018

9 salariés, équipe commerciale - 4 jours - DME 44 Saint-Herblain - 2018

9 managers - 3 jours - PRIMA, MANITOU, BOBCAT, STX - 2018

8 managers - 3 jours - Envie 44, ARMITEC, LYDALL, ACMAR, GBM, PROPULSION MARINE, ...-2018

10 managers - 3 jours - INDUSTRIELLE PREFABRICATION, SPIB JEANNEAU, VISTEN ELECTRONICS, NEOPOST INDUSTRIE, PIMA, AFPI, CARRE, MGS, LIGIER GROUP, HUTCHINSON - 2018

20 gaps Leader - 2 jours - PILOTE La Limouzinière - 2018

6 leaders de zone - 3 jours - GEBO CERMEX, AMIAUD - 2018

12 managers - 3 jours - VALEO, ARDGH GROUP, COFIDUR, TRIGO, SCANIA, DCNS - 2018

27 managers - 2 jours - Groupe LIEBOT (PRIMA, CAIB, OUEST ALU, MC France) Les Herbiers - 2017/2018

5 animateurs d'équipe - 3 jours - AFPI Pays de La Loire - 2018

6 managers - 3 jours - BODARD - 2017

5 managers - 3 jours - STIF - 2017

8 managers - 3 jours - ARCELOR MITTAL - 2017

10 managers - 3 jours - SIMRA, BOBCAT, ARMTOP, STX, KLINE, OUEST COATONG - 2017

10 managers - 3 jours - STX France, TOYOTA, ENVIE 44, SOGEMI, LYDALL, BOUYER - 2017

10 managers-3 jours-AMIAUD, ACMIF, UMEA, OCEA, BUCHER VASLIN, VENDEENNE PLASTIQUE - 2017

7 agents de maîtrise - 3 jours - ARMTOP, OUEST COATING, PRIMA, SIMRA SERVICES, BOBCAT France - 2017

7 managers - 3 jours - VENDEENNE DES PLASTIQUES, UMEA, OCEA, AMIAUD, AGIA, CARRE, BUCHER, ACMIF - AFPI Roche/Yon - 2017

4 chefs projet - 3 jours - THYSSENKRUPP, JOUIN PLASTIQUES, ALLIA, SAPELEM - AFPI Angers - 2016

9 animateurs d'équipe - 3 jours - AFPI Angers - 2016

8 animateurs d'équipe - 3 jours - AFPI Angers - 2015

12 managers - 3 jours - VALEO, CODIFUR, SED, TRIGO, DCNS, ASSA ABLOY, SCANIA, GAUTIER - AFPI Angers - 2014

Améliorer sa relation aux autres

12 salariés - 3 jours - AIRBUS Nantes - 2013

15 salariés - 3 jours - AIRBUS Saint-Nazaire - 2011

Préparer sa retraite

7 salariés - 2 jours - PIVETEAU BOIS Essarts en Bocage - 2020

7 indépendants/2 salariés - 2 jours - CGALA ARAMPLLA Nantes - 2019

11 salariés - 2 jours - DEVINEAU SAS Carquefou - 2018

3 salariés - 2 jours - PIVETEAU BOIS Sainte-Florence - 2018

6 opérateurs -2 jours-DEVINEAU SAS Carquefou - 2017

>>>COMMUNICATION

Communiquer pour mieux animer

4 comptables - 1 jour - SOLARIS GESTION Saint-Herblain - 2020
10 collaborateurs - 1 jour - CCI DINAMIC/BLUE XML - 2019
20 régisseurs - 3 jours (2 groupes) - APLIX Cellier - 2018
8 techniciens de maintenance - 3 jours - LIEBOT, ARRIVE, TERRENA - 2018
9 managers - 2 jours - MANITOU, BOBCAT, STX France, PRIMA - 2018
5 responsables de formateur - 2 jours - Pole FORMATION DES INDUSTRIES - 2018
6 managers - 2 jours - BODARD - 2018
5 managers - 2 jours - STIF - 2018
10 personnes - 2 jours - AMIPI Angers - 2013
6 managers - 2 jours - ARCELOR Nantes - 2012

Gérer les situations conflictuelles

25 team leaders (4 groupes) - 2 jours - WEBASTO STSTEMES CARROSSERIE Les chateliers Chateauroux - 2019/2020
10 managers - 2 jours - STX France, TOYOTA, ENVIE 44, SOGEMI, LYDALL, BOUYER - 2018
6 leaders de zone - 3 jours - GEBO CERMEX, AMIAUD - 2017

Prise de parole en public

6 managers - 1 jour - GEBO CERMEX, AMAUD - 2018
3 responsables d'équipe - 2 jours - AIRBUS Saint-Nazaire - 2012

Accompagner le changement

12 managers – 1 jour – AQUAPRODUCTION, CHANTIERS ATLANTIQUE, ARCADE CYCLES, CNH INDUSTRIAL - 2020
7 managers – 1 jour – RABAS, WEBASTO, BURGAUG, BOUHYER, CHANTIERS ATLANTIQUE, SNMP, BAUDRY, PRIMA - 2020
9 responsables de service - 1 jour - BODARD CONSTRUCTION MODULAIRE La Mothe Achard – 2020
5 managers - 1 jour - PRIMA Les Herbiers - 2019/2020
7 managers - 1 jour - FONDERIE BOUHYER, PRIMA, RABAS, CHANTIERS DE L'ATLANTIQUE - 2019/2020
10 responsables de services dont le directeur - 1 jour - BODARD CONSTRUCTION MODULAIRE La Mothe Achards - 2019/2020
4 collaborateurs - ½ journée - RFS Trignac - 2018
6 responsables d'équipe - 1 jour - BODARD CONSTRUCTION La Mothe Achard - 2018
3 personnes du comité de direction - 2 jours - COMPTOIR BIO LORRAINE Terville - 2017
8 responsables de service - 3 jours - DEFONTAINE La Bruffière - 2012

>>>FORMATEUR INTERNE OU OCCASSIONNEL

8 salariés - 3 jours – EUROPLACER Rcheservière - 2020
10 salariés - 3 jours - STELIA Saint-Nazaire - 2020
6 opérateurs - 2 jours - MANITOU Ancenis - 2019
3 responsables de ligne de production - 3 jours - WALOR Legé - 2018
5 responsables d'équipe - 2 jours - MANITOU Ancenis - 2018

>>>COHESION D'EQUIPE

Equipe de 8 personnes - 2 jours - CLERVILLE Saint-Herblain - 2018

>>>PARTAGES DE PRATIQUES PROFESSIONNELLES

1 groupe de 10 responsables de service – 4 ateliers d'1/2 journée – DEFONTAINE La Bruffière - 2019
2 personnes du service qualité et 2 groupes de managers 6 jours - PIVETEAU BOIS Sainte-Florence - 2018

ENTREPRISES

- 2020 Emotion, communication et organisation** – resp. paie - 1 séance cadrage, 5 de 2h, 1 de bilan – FLORENCE SAS
Positionnement – président coopérative - 1 séance cadrage, 5 séances 2h, 1 séance bilan – FIDAL La Roche/Yon
Communication et posture – commercial - 1 séance cadrage, 5 séances 2h, 1 séance bilan – CLERVILLE Saint-Herblain
Gestion du stress – assistante de direction – 2 séances – Manitou Ancenis
Analyse de pratiques – RRH- 1 séance cadrage, 5 séances 2h, 1 séance bilan – FLORENCE SAS Sainte-Florence
- 2019 Gestion des émotions** – responsable de service - 1 séance cadrage, 5 séances 2h, 1 séance bilan – KELVION Nantes
Analyse de pratiques - manager - 1 séance cadrage, 5 séances 2h, 1 séance bilan - CPAM La Roche/Yon
Analyse de pratiques - juriste - 1 séance cadrage, 5 séances 2h, 1 séance bilan - CPAM La Roche/Yon
Analyse de pratiques – responsable de chaine- cadrage, 5 séances 2h, bilan – PIVETEAU Sainte-Florence
- 2018 Prise de poste** - responsable département - 1 séance cadrage, 5 séances 2h, 1 séance bilan - CPAM La Roche/Yon
Connaissance de soi - responsable communication - 5 séances 2h, UIMM Pole formation des industries Nantes
Analyse et prise de recul - dirigeant -1 séance cadrage, 5 séances 2h, 1 séance bilan - SOLARIS GESTION Saint-Herblain
Communication assertive – responsable service –cadrage 1h, 7 d’1h30, bilan 1h - DEFONTAINE La Bruffière
Assouplir ses automatismes - DAF - cadrage 1h, 10 séances d’1h, bilan 1h - OCEANET TECHNOLOGIES Saint-Herblain
- 2017 Cohésion d’équipe et positionnement de chacun** - Comité de direction (3 personnes) 5 accompagnements individualisés d’1 heure COMPTOIR BIO LORRAINE Terville
Posture managériale - Responsable commerciale - 5 séances d’1h30 RADISSON BLU Nantes
RDV entretien de cadrage - Responsable de secteur - 3h - DEFONTAINE La Bruffière
Eclairer et comprendre son fonctionnement - Dirigeant - cadrage 1h, 5 de 2h, bilan 1h - DYNAMIPS Saint-Herblain
- 2016 Gestion du temps** - Salariée - 2 séances de 3 heures - KVERNELAND Landes-Genusson
Trouver les clefs pour évoluer- Dirigeant - 17 séances de 1h30 - BOUGIES LA FRANCAISE Cugand
- 2013 Comprendre et gérer son stress** - Commerciale - 6 séances d’1 heure COM & MEDIA Nantes
- 2012 Posture managériale** - Manager - 3 séances de 2 heures - LYONNAISE DES EAUX Cholet
RDV tripartite entretien de cadrage avec DRH - Responsable d’équipe - 3h DEFONTAINE La Bruffière
- 2011 Développer sa communication et posture professionnelle** - Commercial 4 séances d’½ journées TRADITION VENDEE La Boissière des Landes
- 2010 Structuration interne et organisation de l’entreprise** - Comité de direction 3 personnes 10 séances de 3 heures - SCOP PAIN VIRGULE Le Landreau
- Bilan et évolution de son entreprise** - Créateur coiffeur avec l’outil Autobiographie raisonnée 1 séance de 3 heures - LE TEMPS D’UNE PAUSE Nantes
- 2009 Définir et clarifier son poste et ses tâches** - Coordinateur animation - 4 séances d’1 heure UNION DES CUMA Pays de La Loire La Roche sur Yon
- Optimiser la structure collective** - Equipe complète (dirigeante, délégués, administratifs) 15 personnes 1 journée - GES COP Union Régionale Ouest Scops Rennes
- Communication et cohésion pour construire la vision et le projet d’entreprise** - Comité de direction 4 personnes - 3 séances de 3h30 - SCOP BIOCOOP Saint-Géréon
- 2007 Accompagnement à la prise d’un nouveau poste** - Gérante de 15 salariés - 12 séances d’1 heure SCOP ATELIER HA Le Loroux Bottereau
- 2004 Posture et communication** - Gérante de 10 salariés - 10 séances d’1 heure SCOP ATELIER HA

CONCEPTION ET ANIMATION DE FORMATION POUR ETUDIANTS

2012 → CFA AFPI Pays de La Loire, Pôle Formations des Industries Nantes
Atelier Respiration et gestion du stress - 20 étudiants apprentis - 8 sessions de 2 heures

2011 à 2012 → PSA et LA JOLIVERIE Saint-Sébastien sur Loire

Savoir être - 8 étudiants BTS AVA - 5 sessions de 3 heures

Savoir être - 9 étudiants BTS AVA - 5 sessions de 4 heures **Soit 17 étudiants alternance entreprise - 35 h**

2009 à 2016 → Projet BRIO (AUDENCIA, LES MINES, CENTRALE, ONIRIS) Nantes

Atelier orientation - 3 lycéens par an - 2 séances d'1 heure **Soit 24 lycéens et leur tuteur étudiants - 48 h**

2008 à 2010 → POLYTECH'Nantes et POLYTECH'Saint-Nazaire

3^{ème} année : *cv et lettre de motivation* - 32 étudiants - 6 heures - 4 groupes/an

4^{ème} année : *construction, projet professionnel* - 42 étudiants - 6 heures - 4 groupes/an

5^{ème} année : *bilan des acquis* - 38 étudiants - 6 heures - 4 groupes/an **Soit 336 étudiants - 216 heures**

2007 à 2012 → IUT Saint-Nazaire et IUT Nantes

Psychosociologie - 3 à 18 étudiants alternance Technique de commercialisation 12 heures par année

Psychologie des organisations - 3 à 18 étudiants alternance Technique de commercialisation 12 heures par année

PPP - Projet Personnel et Professionnel - 28 à 36 étudiants 6 heures/an **Soit 209 étudiants - 150 heures**

2007 à 2012 → ICAM Vannes

Développer ses potentialités, perception de soi et des autres - 14 à 16 étudiants 3^{ème} année 3 jours

Ethique appliquée : pouvoir et responsabilité - 14 à 16 étudiants 5^{ème} année - 3 jours

Soit 129 étudiants en alternance ingénieur manager sur 9 séminaires résidentiel de 3 jours (forfait 24h/séminaire) : 27 jours

CONCEPTION ET ANIMATION DE FORMATION POUR ENSEIGNANTS

2007 à 2012 → INSTITUT OZANAM, Nantes formation d'enseignants au collège

Relation à soi et aux autres

27 enseignants Master 2nd degré - 1 jour - 2012

Construire sa relation à l'élève

31 enseignants - 1 jour Collège Saint-Joseph Saint-Brévin - 2010

Théorie et pratique de la communication

14 enseignants Master 2nd degré ½ journée - 2010

Référent d'élève

18 enseignants - 5 ½ journées Collège Sainte-Thérèse Saint-Nazaire - 2010

Communication et gestion d'un groupe

45 enseignants - 1 jour Collège Saint-Joseph Ligné - 2009

Créer un cadre commun

18 enseignants - 1 jour Collège Dame Bon Conseil Nantes - 2009

Travailler avec ses émotions

34 enseignants - 2 jours Collège Helder CAMARA Treillières - 2009

Le poids des mots

28 enseignants - 1 jour Collège Saint-Joseph Saint-Brévin - 2007

Soit 215 enseignants de collège - 13 jours

AUTRES

2017 à ce jour **Adhérente** - MEDEF Pays de la Loire puis Vendée (Coach solidaire et constitution d'une équipe TRIBU), CPME Nantes, Demain Vendée

2017 **Jury** sur la communication et le marketing au 6^{ième} salon régional des mini entrepreneurs - 850 jeunes de 14 à 25 ans - Entreprendre Pour Apprendre Pays de la Loire Châteaubriant

2012 **Médiation** - 20 étudiants et 1 formateur - 2 ½ journées - AFPI BTS CRCI Nantes
Atelier PLATO 9 personnalités - 11 personnes interentreprises 3h30 - CCI Nantes

2011 **Accompagnement + 16 ans déscolarisés** - 30 jeunes - 3 mois - MGI Rectorat Nantes

2007 **Atelier découverte du coaching** - 3 heures - Société Générale Nantes

CENTRES D'INTERETS



Les voyages, dans la tête ou dans les jambes, ceux que l'on fait et ceux qui nous font :

Sénégal, Cote d'Ivoire, Maroc, Etats Unis, Thaïlande, Laos, Cambodge, Italie, Grande Bretagne, Espagne, Suisse,

Randonnées pédestre, vélo, canoë/kayak, cueillette des plantes sauvages comestibles,

Présence à soi, Taï chi, Conscience de ce qui est, Emerveillement de l'instant,

Littérature classique et romans de découverte de soi,

Films ouvrant aux alternatives sociétales,

...



L'art et ses multiples expressions et manifestations

- Exposition sculptures terre à la Galerie contemporaine Le Douze à Nantes - 2010

- Exposition photographies sur le thème de l'eau à Châteaubriant – 1989



Cécile BESNIER

12 rue Eugène PERGELINE 44200 NANTES

☎ 06 62 53 46 63 - ✉ contact@cecilebesnier.fr

N°SIRET 498 069 947 000 30

N°Organisme de formation 52 44 05780 44

www.cecilebesnier.fr

Mis à jour le 19 janvier 2021