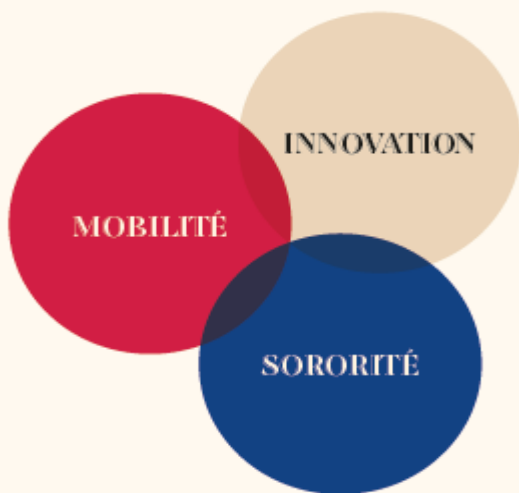




MARIANN•A

Les femmes de la Haute Fonction Publique
en Nouvelle-Aquitaine



Journée du réseau Marian**N-A** :

**Réussir sa vie professionnelle
au féminin : une journée pour
construire et avancer**

21 octobre 2022

9h15 –16h45

à CAP SCIENCES

*Hangar 20, Quai de Bacalan
33 300 BORDEAUX*

PROGRAMME

Journée animée par Sandra Fillaudeau, fondatrice de Conscious Cultures et créatrice du podcast Les Equilibristes

8h45 **Accueil-café**

9h15 **Propos introductifs :**
Fabienne BUCCIO, Préfète de région Nouvelle-Aquitaine

9h30 **Table ronde "Ouvrir les possibles : elles ont tracé leur voie"**
Fabienne BUCCIO, Préfète de région Nouvelle-Aquitaine
Céline GRASSEGER, Commissaire divisionnaire de police, Cheffe de la division Union Européenne/sous direction Europe/Direction de la coopération internationale de sécurité
Françoise CLECH DEL TEDESCO Directrice du Développement et des Transitions Territoriales, Vice présidente nationale du SNDGCT
Céline ETCHETTO Directrice Déléguée à l'organisation de l'Offre de Soins et la Préparation aux Situations Sanitaires Exceptionnelles à l'ARS

10h30 Pause

10h45 **Atelier** **(1 au choix)**

Atelier #1

Développer sa stratégie de personal branding grâce aux réseaux sociaux
Atelier animé par Céline Alfonso-Tirel, experte en personal branding, fondatrice de l'agence Belle & Hugo, co-fondatrice du réseau Les Entrepreneures Bienveillantes

- Qu'est-ce que le personal branding
- Pourquoi mettre en place une stratégie de personal branding ?
- Tour des réseaux sociaux principaux
- Le storytelling
- La ligne éditoriale personnelle
- Cas pratique :
Création et/ou optimisation de son LinkedIn
Mise en place d'un processus éditorial

Atelier #2

S'investir dans sa réussite professionnelle en prévenant le risque de burnout
Atelier animé par Anne-Sophie Vives, Directrice de l'association L'BURN et Fondatrice du collectif des BURN'ettes

- Brise-glace
- Quiz et photolangage sur le burnout pour briser les idées reçues
- Repérer les premiers signes du burnout
- Que mettre en place pour l'éviter

Atelier #3

Définir sa propre vision de la réussite

Atelier animé par Sandra Fillaudeau, créatrice du podcast [Les Équilibristes](#) et fondatrice de la société de conseil & formation [Conscious Cultures](#).

La réussite professionnelle, on a tendance à la définir et l'évaluer selon des critères bien rôdés : intitulé de poste, salaire, progression hiérarchique, taille de l'équipe... Dans cet atelier créatif, vous serez amenées à interroger vos réflexes sur la définition de la réussite, et vous créer une définition qui vous ressemble. Différents exercices vous seront proposés, faisant appel aux sens, à la créativité, pour intégrer tous les paramètres qui comptent pour vous.

* * *

12h15 **Cocktail déjeunatoire**

* * *

13h45 **Atelier (1 au choix parmi les ateliers proposés également le matin)**

15h15 **Visite de l'exposition "24h dans la vie d'une femme" :** une expérience immersive où vous êtes invitées à vous glisser dans la peau d'une femme originaire d'Europe, d'Asie, d'Afrique, ou d'Amérique latine pour vivre et ressentir les temps forts de la vie
Départs en groupes toutes les 15mn et temps de réseautage

16h45 **Conclusion de la journée**