CATALOGUE DE PRESTATIONS

FILIGRANES SARL
FLORENCE HÜGI
WWW.FILIGRANES.CH
INFO@FILIGRANES.CH

SOMMAIRE

01 MISSION ET VISION

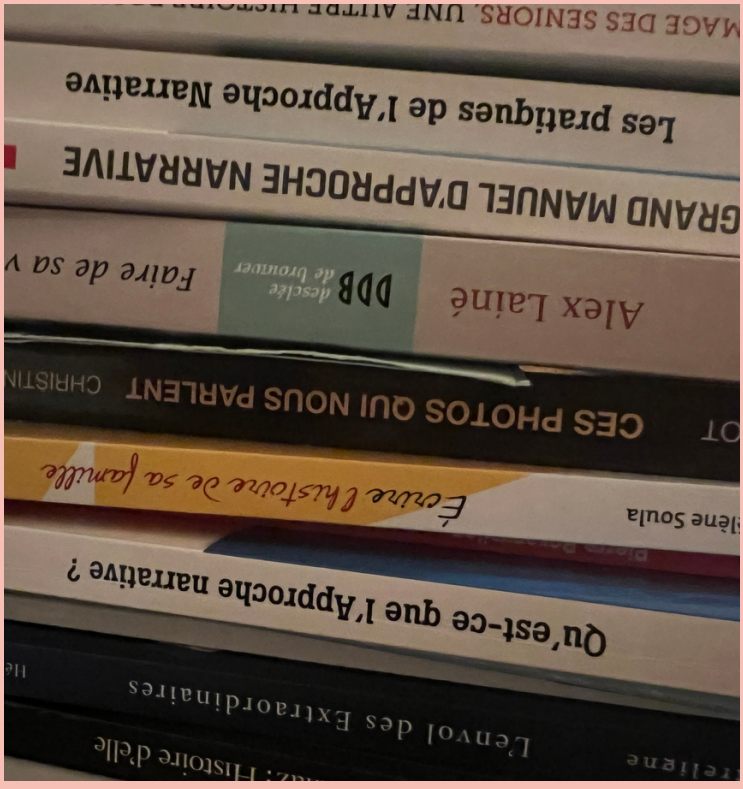
02 LA FONDATRICE

03 FORMATION POUR ADULTES

04 COACHING

05 ECRITURE

06 LES FILLES D'OLYMPE



MISSION ET VISION

FILIGRANES SARL EST UNE ENTREPRISE DÉDIÉE À LA FORMATION DES ADULTES, L'ACCOMPAGNEMENT DES INVIDUS ET DES ÉQUIPES AINSI QU'À LA PRATIQUE DU RÉCIT DE VIE (ATELIERS, RECUEIL, DÉVELOPPEMENT DE FORMATS AUDIOS ET VIDÉOS).

LA SOCIÉTÉ DÉVELOPPE EN CE MOMENT UN PROGRAMME HYBRIDE INTITULÉ « LES FILLES D'OLYMPE », HOMMAGE À OLYMPE DE GOUGES, GUILLOTINÉE POUR AVOIR TROP PARLÉ.

LES FILLES D'OLYMPE, POUR DES FEMMES FORTES DANS L'ESPACE PUBLIC, C'EST « CRÉATIVES! » UN SALON D'ÉCRITURE QUI PROPOSE DES CYCLES DE HUIT SEMAINES EN LIGNE ET « CITOYENNES! » QUI OFFRE DES MODULES D'ACCOMPAGNEMENT ET DE SOUTIEN À L'ÉLÉVATION DE SOI.

LE PODCAST « LES FILLES D'OLYMPE » COMPLÈTE LE DISPOSITIF.

Ce document vous offre un catalogues de prestations ainsi que les grandes lignes des objectifs poursuivis par Filigranes Sàrl et sa fondatrice, Florence Hügi

LA FONDATRICE

FLORENCE HÜGI A ÉTÉ LIBRAIRE, PUIS JOURNALISTE EN PRESSE ÉCRITE ET À LA TÉLÉVISION AVANT DE CRÉER FILIGRANES SARL, UN LIEU DÉDIÉ À LA FORMATION ET L'ACCOMPAGNEMENT DES ADULTES ET À LA PRATIQUE DU RÉCIT DE VIE.

- JOURNALISTE RP (15 ANS D'EXPÉRIENCES EN PRESSE ÉCRITE ET À LA TÉLÉVISION)
- COACH PROFESSIONNELLE CERTIFIÉE (INSTITUT DE COACHING IDC, CERTIFIÉ ICF DEPUIS 2011)
- FORMATRICE D'ADULTES (BFFA EN 2022)
- INTERVENANTE EN THÉRAPIE SOCIALE (INSTITUT CHARLES ROJZMAN, JANVIER 2017)
- ANIMATRICE CERTIFIÉE EN JOURNAL CRÉATIF ET ATELIERS D'ÉCRITURE (ECOLE JET D'ANCRE, 2016) + SOULCOLLAGE ET PHOTOTHÉRAPIE
- PRATICIENNE NARRATIVE CERTIFIÉE (LA FABRIQUE NARRATIVE, 2018)
- PRATICIENNE EN PSYCHOGÉNÉALOGIE (ASSOCIATION SUISSE DE PSYGEN, 2021)
- COACH EN INTELLIGENCE AMOUREUSE (LOVE INTELLIGENCE, 2022)

- CAS EN ETUDES GENRE (UNIVERSITÉ DE GENÈVE, 2010) ET EN RECUEIL DE RÉCITS DE VIE (UNIVERSITÉ DE FRIBOURG, 2012).

FORMATION POUR ADULTES

1

COMMUNICATION

MÉDIACOACHING ET PRISE DE PAROLE EN PUBLIC

COMMUNICATION INTERPERSONNELLE ET GESTION DE CONFLITS

COMMUNICATION ECRITE

Expériences et client-e-s:
Universités latines et HES-SO, diverses associations, partis politiques, Centre interrégional de perfectionnement, CPNE, Accompagnements individuels.

2

EMPOWERMENT FÉMININ

VALORISATION DE SOI, SENTIMENT DE LÉGITIMITÉ

DECONSTRUCTION DU SYSTEME DE GENRE

Expériences et client-e-s:
Bureaux de l'égalité de Suisse romande (Neuchâtel, Vaud, Genève, Fribourg), Réseau Career Women, HES-SO, Ville de Genève, Association Sens Egaux, Découvrir, ARAM, Café emploi.

3

CITOYENNETÉ ET EMPLOYABILITÉ

TECHNIQUES ET RECHERCHE D'EMPLOI (TRE)

INTÉGRATION DANS LE PAYS D'ACCUEIL

Expériences et client-e-s:
Association RECIF, ESPACE NE, Café emploi.

FILIGRANES · FLORENCE HUGI ·

FORMATION POUR ADULTES (2)

4

GENRE ET DIVERSITÉ

SENSIBILISATION AUX QUESTIONS DE GENRE / DE DI

COMPRÉHENSION DES MÉCANISMES SOCIAUX DE NOTRE SOCIÉTÉ

RELATIONS HOMMES - FEMMES

Expériences et client-e-s: ASUR, Ecole romande d'ambulanciers. CEFF, Sensibilisation aux questions de genre, DFAE – Atelier « Futur en tous genres », Ville et Canton de Genève, Brevet fédéral de spécialiste en migration.

5

PRATIQUE DU RÉCIT DE VIE

PRISE DE CONSCIENCE DE SON PROPRE PARCOURS

FORMATION PROFESSIONNALISANTE À LA PRATIQUE DU RÉCIT DE VIE (CO-CRÉATRICE)

Expériences et client-e-s:
Association Collectif DIRE (co-fondatrice) et Centre interrégional de perfectionnement (BFFA)

6

BREVET FÉDÉRAL DE FORMATEURICES D'ADULTES

ANIMATION DE MODULES POUR L'OBTENTION DU BFFA (DYNAMIQUE DE GROUPE, SENSIBILISATION, PARCOURS DE FORMATION)

Expériences et client-e-s:
Centre interrégional de perfectionnement, Perform, ASF, Effe

FILIGRANES · FLORENCE HÜGI ·

COACHING

DEPUIS 2011, JE SUIS COACH PROFESSIONNELLE CERTIFIÉE. J'AI AJOUTÉ À CE DIPLÔME DES CERTIFICATS EN THÉRAPIE SOCIALE, EN PRATIQUES NARRATIVES, EN JOURNAL CRÉATIF, EN PSYCHOGÉNÉALOGIE ET EN COACHING AMOUREUX. PRINCIPALEMENT.

ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUEL ET COLLECTIF

CHANGEMENTS ET TRANSITIONS DE VIE PRO ET PERSO

COACHING POLITIQUE

JOB COACHING

CO-DÉVELOPPEMENT

Expériences et client-e-s: Association DECOUVRIR (PROACTE), RECIF, ESPACE, Partis politiques, particuliers, entreprises, Etat, Associations.

RÉCITS DE VIE

FORMÉE À LA PRATIQUE DU RÉCIT DE VIE, J'AI RECUEILLI ET ÉCRIT UNE VINGTAINE DE RÉCITS DE VIE ET CO-CONSTRUIT LA FORMATION PROFESSIONNALISANTE AU RÉCIT DE VIE DE L'ASSOCIATION COLLECTIF DIRE QUE J'AI CO-FONDÉE.

RECUEIL DE RÉCITS DE VIE

ATELIERS D'ÉCRITURE ET DE CRÉATIVITÉ AUTOBIOGRAPHIQUE

SOULCOLLAGE ET PHOTOTHÉRAPIE

ANIMATION DE CAFÉ-RÉCITS

Expériences et client-e-s: Association RECIF, Appartenances, Médecins du Monde, Villes de Neuchâtel et La Chaux-de-Fonds, COSM, Espace. Clientèle privée. Editions de l'Aire.

LES FILLES D'OLYMPE

Le dispositif "Les Filles d'Olympe" a pour objectif de donner la parole aux femmes et de leur permettre de la prendre dans l'espace public. Hommage à Olympe de Gouges, guillotinée pour ses idées, il vise deux cibles: le contexte social et politique à déconstruire pour mieux y trouver sa place ET les freins et croyances limitantes qui obstruent le passage vers la place que l'on souhaite occuper.

---

1 LE PODCAST "INTIME ET POLITIQUE"

Le podcast se veut "intime et politique". Il donne la parole à des voix féminines diverses et creuse la question de la place des femmes dans l'espace public par une multitude d'entrées. Il est disponible sur toutes les plateformes d'écoute ainsi que sur YouTube.

---

2 LE SALON D'ÉCRITURE AUTOBIOGRAPHIQUE : "CRÉATIVES!"

Les salons créatifs mêlent écriture, collage et dessin et proposent des parcours de réflexion et de création autour de sa propre histoire en miroir à celle d'une invitée célèbre et inspirante. Ils sont issus des approches "Journal créatif" et "pratiques narratives". Parfois nous faisons aussi des incursions en psychogénéalogie et dans les techniques de récits de soi.

Ils s'étendent sur huit semaines, à raison d'une séance en direct ou en replay chaque semaine. Les invitées sont par exemple Virginia Woolf, Fifi Brindacier, Colette, Niki de St-Phalle, Elisabeth II.

Le Salon est accessible en ligne, en direct ou en replay.

---

3 LE PROGRAMME D'ACCOMPAGNEMENT MODULAIRE "CITOYENNES!"

Citoyennes se décline en plusieurs propositions, comme "Légitimes!", "Carnassières!" "Oratrices!", "Amoureuses!" ou "Assertives" qui apparaîtront au fil du premier semestre 2024.

Il s'agit d'une sorte de Leporello à plusieurs facettes destiné à dépasser nos freins intérieurs et se doter d'outils concrets pour faire face au contexte social, économique et politique dans lequel nous évoluons.

Les modules sont disponibles en ligne. Un réseau des Filles d'Olympe complète le dispositif: j'y fais de régulières incursions pour des apports ou des propositions de défis, d'exercices, de mises en situation.

Des rendez-vous "présentiels" ont lieu ponctuellement. comme le Laboratoire amoureux qui travaillent précisément sur nos relations affectives et le célibat dans cette société.

FILIGRANES · FLORENCE HÜGI ·

LES RÉSEAUX

Pour suivre les actualités de Filigranes Sàrl, il y a une multitude de canaux accessibles en ligne.

@lesfillesdolympe

@flofiligranes

Les Filles d'Olympe

Filigranes Ecriture et Formation

Il est aussi possible de s'abonner à la Lettre du Dimanche.
https://0f7b-florence.systeme.io/lettredudimanche-03631704

Et de suivre le podcast

LES FILLES d'Olympe

FILIGRANES SARL - WWW.FILIGRANES.CH

POUR NOUS CONTACTER

Filigranes Sàrl - Rue du Seyon 6 - 2000 Neuchâtel
www.filigranes.ch - info@filigranes.ch