



# Hélène Gourlain

COACH, AUTEURE, SAPEUR-POMPIER  
ANCIENNE MILITAIRE



## MON PARCOURS

Après une carrière de 12 années en tant que militaire officière, je suis auteure, aventurière, conférencière TEDx et j'accompagne les personnes dans leurs transitions de vie. J'accorde également de mon temps en tant que sapeur pompier-volontaire.

En stop au hasard, je suis partie sans argent, sans eau et sans nourriture à la rencontre de moi-même pour interroger mes "moi", où j'ai appris à douter et à déconstruire les schémas et croyances qui m'empêchaient de me connaître.

Parce qu'il est plus que jamais urgent de vivre, à travers mes aventures, je vous invite à vous dépouiller de ces "moi" que l'on s'invente pour arrêter de se mentir et atteindre sa vérité.



## MES CONFÉRENCES

- Se dépouiller pour être : 23 janvier 2023, TEDx Agro Paris Tech.
- Etre l'artiste de ses empreintes : 8 novembre 2023, TEDx EM Business School Lyon.



## MES PUBLICATIONS

- 20 commandements d'une ex-militaire pour surmonter n'importe quel obstacle, développement personnel, éditions Kiwi, paru le 12 juillet 2022.
- Nos planètes alignées, roman feel-good, auto-édition, paru le 8 juin 2023.
- Nos âmes éveillées, romance contemporaine, en cours de parution.



## MES SUJETS DE PREDILECTION

- L'éveil des consciences.
- La multipotentialité.
- Le management par la connaissance de soi et le lien.
- Le changement de vie.
- L'écriture.



## CE QUE JE PROPOSE

- Une approche nuancée au regard de ma carrière de militaires, de mes voyages et de mes expérimentations avec la vie.
- Des outils concrets et des pistes de réflexion.
- Un lien de proximité avec le public.



06-13-10-30-23



helenegourlain



gourlainh@gmail.com



Hélène Gourlain



www.helenegourlain.com



Graine de Funambule