

Florence Dell'Aiera aura été une #MeToo puis une survivante et une résiliente. Maintenant, c'est une affranchie.



Dédiaboliser les traumatismes et obstacles du quotidien !

[Lire la dernière newsletter](#)

Différentes étapes qui appartiennent maintenant au passé.

Ce fut un long chemin pour que Florence passe d'un sentiment de mort à la survie avant de revenir pleinement **à la vie**.

Témoigner de son parcours de victime puis de son chemin à travers **la résilience** lui semble terriblement important pour dire combien chacun.e peut y arriver et **s'affranchir de son passé**.

Aujourd'hui, à travers les podcasts Restez dans le Flow, elle souhaite transmettre à tous son expérience : **celle d'une affranchie**.

Cette résilience s'offre à toutes celles et ceux qui ont eu à vivre un énorme traumatisme : inceste, viol, violences infantiles, violences conjugales, abandon, humiliations... La liste est longue et on peut lire de plus en plus de témoignages à travers les médias. "**Restez dans le Flow**" existe **avant tout pour donner de l'espoir à d'autres, pour les inspirer**, ne pas rester dans la stigmatisation des victimes et montrer qu'elles peuvent dépasser leurs traumatismes.



Avec ses invitées, Florence encourage les auditeuses à puiser dans leurs propres ressources de manière positive et constructive.

Comme elle l'a fait après le traumatisme d'inceste dans son enfance, elle encourage à **reprendre le lead sur sa vie**.

Découvrir les derniers épisodes :

Avec Flow : [épisode 11 Marie L'hermite, une avocate pour les droits des femmes à entreprendre](#).

Restez dans le Flow : [25 ans, besoin d'entreprendre !](#)



Découvrir le 1er épisode Restez dans le Flow en rediff :

Écouter l'épisode 1 : [Bernard, la rencontre](#)

Restez dans le Flow c'est :



Restez dans le Flow, c'est le podcast autobiographique d'une femme puissante et apaisée qui apporte plus de sérénité à toutes les personnes en voie de résilience.



Avec Flow, c'est le podcast d'entretiens, intime, gai et combattant pour toutes celles et ceux qui veulent dépasser les obstacles de vie et découvrir leur flow.



Un Flow de femmes, c'est le prochain podcast que je vous réserve pour le premier trimestre 2021. Indice : vous pourrez bientôt faire passer vos propres messages !



Qui est Florence Dell'Aiera et pourquoi ces podcasts ?

Florence a 46 ans et est maman de deux enfants. Elle a travaillé ces dix dernières années dans le monde de l'édition comme éditrice numérique, notamment au sein des **Éditions Albin Michel** mais aussi en tant que **spécialiste en R&D numérique** après avoir été entrepreneure (*Morey Digital Publishing*) et **thérapeute** (*Conseil Conjugal et Familial & psychologie*).

Contactez Florence Dell'Aiera pour un article, une interview, une conférence :

07 82 10 35 77

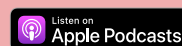
fdellaiera@gmail.com

linktr.ee/restezdansleflow

M'inscrire à la newsletter :

[je m'inscris](#)

Écoutez les épisodes sur



ou sur l'application de votre choix