

PRENDRE SA PLACE & TROUVER SA LÉGITIMITÉ

dans la société

Description courte

Se reconnecter à sa valeur personnelle pour retrouver ancrage, clarté et affirmation de soi.

Méthodologie

Exercices pratiques, ludiques et interactifs grâce à la **méthode Imago** et à des **outils théâtraux et d'oralité**. Travail sur la posture, l'expression, l'affirmation.

Objectifs

Sortir du doute et de l'auto-censure. Oser s'affirmer et prendre sa place. Renforcer l'ancrage et la légitimité personnelle.

Public

Personnes en perte de confiance et en manque d'estime d'elles-mêmes, en quête de sens, en recherche d'emploi.

Modalités pratiques

- Atelier collectif de 3h
- Places limitées à 12 personnes
- Possibilité d'approfondir par d'autres modules d'intelligence collective
-

Modalité d'inscription

Inscription par SMS ou par mail.

Prix

300€ par atelier

Suggestions complémentaires

Modules du Pôle Insertion professionnelle :

- Se connaître et prendre confiance en soi
- Théâtre d'impro
- Parcours de vie présent et à venir
- Préparer des entretiens

Modules du Pôle Citoyenneté :

- Français & FLE
- Récits de vie
- Oser prendre la parole

N'hésitez pas à me contacter pour plus d'infos ! Places limitées à 12 personnes. Devis gratuit

Hélène Liquier

8 rue de l'église
68230 Wihr-Au-Val

[06 26 39 68 87](tel:0626396887)

heleneliquier525@gmail.com



