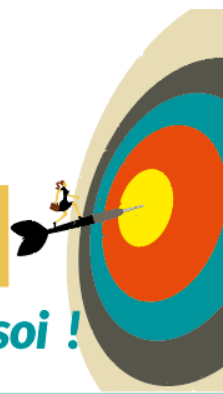


ATELIERS CONFIANCE EN SOI

Un accompagnement collectif pour nourrir votre confiance en soi !



Atelier de **3h30**,
un samedi par mois
de 9h00
à 12h30
à **Montpellier
Beaux Arts.**

6 personnes
maximum.

Tarifs :
65 € TTC par
atelier.

Forfait de
3 ateliers :
177 € TTC soit
59 € TTC
par atelier.

**ATELIERS
À LA CARTE :**
Possibilité
de s'inscrire
à un atelier
ou plusieurs,
selon votre besoin

CULTIVER LA CONFIANCE EN SOI

16/10/21 : Prendre conscience de sa valeur personnelle
20/11/21 : Reconnaître et révéler ses qualités
11/12/21 : S'approprier ses talents

RENOUER AVEC L'ESTIME DE SOI

22/01/22 : S'autoriser à se respecter
12/02/22 : Poser les bases pour s'affirmer
12/03/22 : Se libérer de ses messages négatifs

SE DÉPLOYER EN SE RESPECTANT

9/04/22 : S'exprimer et s'affirmer face aux autres
14/05/22 : Oser dire non
11/06/22 : Prendre sa juste place avec les autres

POINT D'APPUI

 **Se Renforcer
Pour Agir**
Avec votre coach



Isabelle Baudat-Mamane
COACH & FORMATRICE EN DÉVELOPPEMENT
PERSONNEL & ENTREPREUNARIAL

+33 (0)6 87 28 44 24
www.pointdappui-srpa.fr