

Devenir

Vous questionnez-vous sur votre avenir? Avez-vous l'impression que le temps file et que vous n'y avez aucune emprise? Que vous soyez en arrêt de travail, à la retraite, en congé de maternité ou autre, ce programme en petit groupe s'adresse à vous! Le programme propose une démarche dans laquelle lors des 6 rencontres, vous serez interpellées à identifier un rêve, une aspiration, un projet ou une forme de bénévolat qui vous fait vibrer.

Six différents thèmes seront abordés visant la connaissance et la compréhension de soi. Être en mesure d'identifier vos intérêts, vos aptitudes, et vos valeurs personnelles font partie du programme.

Si vous avez le désir de vous engager dans cette démarche en vu d'ajouter une plus-value à votre quotidien, à bonifier les années à venir, joignez-vous au groupe!

À la fin de cet atelier vous aurez : Identifié vos champs d'intérêts.

Amorcé un projet de manière réaliste et qui vous est cher

Dépassé les craintes qui font obstacles à votre projet

Maximum **8 Personnes** / **6 rencontres** **Groupe fermé**

Début : Mercredi, le **6 Novembre au 11 décembre de 13h30 à 15h30**

Animatrice : Diane Barry

Carte de membre valide obligatoire

Voir engagement verso



ENGAGEMENT DES PARTICIPANTES :

- ✚ **S'engager à participer à toutes les rencontres.**
- ✚ Ouvrir son esprit à se remettre en question s'il y a lieu.
- ✚ S'impliquer personnellement en exprimant dans le groupe des situations pouvant enrichir les autres.
- ✚ Être prête à explorer dans le plaisir et éveiller des émotions.
- ✚ Écouter et respecter les autres participantes dans leur partage et l'expression de leur vécu.
- ✚ **Respecter la confidentialité à l'extérieur du groupe.**

