

REV'ELLE TOI

4 jours d'ateliers collectifs
de 9H00 à 12H00 et de 14H00 à 16H00

MODULE 1

Création d'un espace de confiance permettant de se recentrer sur soi.
Ateliers dédiés à la connaissance de soi et à la reprise de confiance

4 THÉMATIQUES SUR 2 JOURS

- Articulation des temps de vie
- Estime de soi
- Parcours de vie
- Parentalité

MODULE 2

Se projeter dans le monde professionnel à travers la prise de conscience
de ses atouts et de ses représentations du monde du travail

4 THÉMATIQUES SUR 2 JOURS

- Représentation du monde professionnel
- Modes de garde
- Compétences
- Droit du travail

d'autres ateliers pourront être proposés au sein du CIDFF et auprès des partenaires : art thérapie, ateliers numériques, LinkedIn, mobilité, découverte des métiers...