

MASTER CLASS

Confiance en soi & Retour à l'emploi

Animée par Stéphanie Guichardon, Sophrologue-Coach

Déroulé :

- ❖ **13h45** : Accueil
- ❖ **14h – 15h30** : Atelier autour de l'importance de l'estime de soi pour (re)trouver un emploi, agrémenté de pistes de réflexion et d'outils concrets pour booster celle-ci
- ❖ **15h30 – 16h** : Débriefing

DATES :

- **12/10/2020** : **St Trivier de Courtes**,
Entrée au 234 rue de l'ancien Collège
- **15/10/2020** : **Montrevel en Bresse**,
200 rue Charrière Basse
- **17/11/2020** : **Ceyzériat**,
Pôle Sud Revermont, place des Anciens Combattants