



INFORMATIONS



MULHOUSE UP19



Début le samedi 28 septembre 2019



DURÉE : 01:30

Prix : **57.00 €**

PROFILS :

PRE REQUIS :

Avoir envie de réfléchir à soi par rapport aux autres et réciproquement, dans une bienveillance mutuelle.

MATERIEL : Aucun

CODE ACTIVITÉ : 4MU918

DESCRIPTION

Les 4 ateliers (dispensés à 15 jours d'intervalles) vont suivre le fil rouge de la confiance:

Confiance en soi
Confiance en l'autre
Faire confiance
Donner confiance

Les ateliers s'appuient sur la mise en situation, avec la participation de chacun.



OBJECTIFS

Réussir à se préparer de manière adaptée, avec peu de stress. Donner le meilleur à un instant T, en restant indulgent envers soi. Comprendre ce qui se passe pour l'autre.

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Samedi	28-09-2019	09:00	01:30	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Samedi	12-10-2019	09:00	01:30	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Samedi	26-10-2019	09:00	01:30	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Samedi	09-11-2019	09:00	01:30	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE