



# Institut de la Famille – Les Deux Savoie

Samedi 26 novembre 2016 de 9h à 12 h

ou

Samedi 10 décembre de 9h à 12 h

CENTRE DE BONLIEU  
Salle de réunion - 1<sup>er</sup> étage  
74000 ANNECY

## Atelier : « L'estime de soi »

L'estime de soi reflète le jugement que nous portons sur notre capacité de faire face aux défis de la vie ainsi que sur le fait d'accepter pour nous-mêmes le droit au bonheur, à la joie, à l'affirmation de notre existence et de notre importance en tant qu'être humain unique et irremplaçable.

Avoir une bonne estime de soi est la clé pour une vie personnelle et professionnelle épanouissante et riche de sens. Elle est la base nécessaire pour développer la confiance en soi et l'affirmation de soi.

### Programme

*Café-Accueil des participants à partir de 8 h 30*

9 h 00 - Présentation de l'Institut, de l'atelier et de l'intervenante, Catherine DUNAND, formatrice en développement personnel par Jacomina SALE, Présidente de l'Institut de la Famille les Deux SAVOIE

**Qu'est-ce que « l'estime de soi » ?**

**Sur quoi devons-nous travailler pour améliorer son estime de soi ?**

**Quels sont les outils à notre disposition ?**

« C'est un véritable accompagnement du changement personnel » **Nadine - Annecy**

« Cadre respectueux et chaleureux favorisant des échanges bienveillants et bénéfiques ». **Joëlle - Genève**

**Inscription (Attention, places limitées !)**

**Tarif de l'atelier : 50€ TTC – Organisme de Formation N°84740320774**

*Une attestation de présence peut vous être fournie.*

**Nom :**

**Prénom :**

**Profession :**

**Mail :**

**Portable :**

Bulletin d'inscription à renvoyer à l'Institut de la Famille - 20 Rue Guillaume Fichet - 74000 Annecy  
ou par email : [institutdelafamilledes2savoie@gmail.com](mailto:institutdelafamilledes2savoie@gmail.com)

*Pour tout renseignement : 06 08 08 73 74 ou par email*