

Stage de Développement Personnel

# « CONFIANCE EN SOI ESTIME DE SOI »

L'Arche de Fontbelle  
Chemin de Fontbelle  
16000 Angoulême



## OBJECTIFS :

Comprendre le déficit de Confiance en Soi  
Se respecter pour gagner en Confiance en Soi  
De la Confiance en Soi à la Confiance en l'Autre  
L'apprentissage de la Confiance en Soi  
Comprendre les enjeux de l'Estime de Soi  
Apprendre à être Soi Même  
Lâcher prise pour rester en lien avec soi  
L'auto empathie, gage de l'Estime de Soi

Prix du stage : 220 € soit 14h de formation

(Groupe de 10 personnes maximum)

Inscription au 06.83.01.30.05

Marie-Laure FERRARI – Thérapeute en Relation d'Aide  
Formatrice en Développement Personnel et Management  
Tel : 06.83.01.30.05