

Organisé dans le cadre de l'ERIP
(Espace Régional d'Information de Proximité)



Public concerné

- Tous publics : demandeur-se-s d'emploi, salarié-e-s...
- Sans critère d'âge ni de niveau de qualification

► **Objectifs**

- Comprendre les concepts de l'Estime de soi et de la Confiance en soi

Programme

- Définition de l'Estime de soi et Confiance en soi
- Pistes d'action afin d'améliorer son estime et sa confiance
- Partage d'expériences avec les participants - e- s

Fonctionnement

- 2 séances collectives sur 3h
- 8 personnes maximum

→ **Lieu**

- **CIDFF 17** - 88 rue de Bel Air - 17000 LA ROCHELLE
- **Salle de la Chaîne – 3ème étage**

Intervenant(es)

- Valérie Durand-Fontelle

Contact

- ☎ 05-46-41-18-86
- Mail : contact@cidff17.org ou y.durand-fontelle@cidff17.org