

STAGES ÊTRE SOI AU MILIEU DES AUTRES

**21 octobre,
11 novembre,
et 2 décembre 2023**



**24 février,
16 mars,
et 6 avril 2024**

POUR JEUNES ET ADULTES, À PARTIR DE 12 ANS

Stage de 3 jours pour développer la **relation à soi**, à **l'autre** et à **l'oralité**,
et pour **mieux comprendre son mode de fonctionnement relationnel et
celui des autres**

JE NE SAIS PAS ÊTRE EN RELATION AVEC LES AUTRES

JE NE SUPPORTE PAS LE REGARD DES AUTRES

JE SUIS MAL À L'AISE POUR M'EXPRIMER

JE SUBIS LES ÉMOTIONS DES AUTRES ET LES MIENNES

L'**EXPRIM'LAB** est une technique développée par l'Académie des Projets de Vie, depuis 2004, elle s'appuie sur le **non-jugement** et le **non-résultat** à travers une série d'**exercices courts, ludiques et dynamiques**, pour permettre à chacun d'**oser prendre sa place dans la relation à l'autre**, avec le corps (langage non-verbal), les mots (langage verbal).

MODALITÉS

9h30-16h30 (prévoir le panier repas)

252 euros le stage de 3 jours

216 euros pour les moins de 26 ans et les
demandeurs.ses d'emploi

Entre 6 et 14 participants.es maximum

Plus d'informations:

02 41 48 92 19 - contact@projetsdevie.com
www.academiedesprojetsdevie.com

