

## LE STAGE ÊTRE SOI AU MILIEU DES AUTRES

DÉVELOPPER UNE PRISE DE PAROLE ASSUMÉE ET AFFIRMÉE FACE AU REGARD DES AUTRES  
À PARTIR DE 12 ANS

Stage de 2 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. L'**EXPRIM'LAB** s'appuie sur une série d'**exercices courts, ludiques et dynamiques** basés sur le **non-jugement** et le **non-résultat**, pour permettre à chacun.e de **découvrir et affirmer ses capacités relationnelles**.

### MODALITÉS

9h00-16h30 (prévoir le panier repas)  
130 euros le stage de 2 jours  
100 euros pour les moins de 26 ans et demandeurs.ses d'emploi  
Paiement des arrhes à l'inscription (30% du montant du stage)  
Entre 6 et 14 participants.es

**INTERVENANTE** : Lucie DURAND

### DEUX SESSIONS

14 ET 28 JANVIER 2023

11 ET 25 MARS 2023



Renseignements & Inscription : [contact@projetsdevie.com](mailto:contact@projetsdevie.com) ou 02 41 48 92 19

## LE STAGE ÊTRE SOI AU MILIEU DES AUTRES

DÉVELOPPER UNE PRISE DE PAROLE ASSUMÉE ET AFFIRMÉE FACE AU REGARD DES AUTRES  
À PARTIR DE 12 ANS

Stage de 2 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. L'**EXPRIM'LAB** s'appuie sur une série d'**exercices courts, ludiques et dynamiques** basés sur le **non-jugement** et le **non-résultat**, pour permettre à chacun.e de **découvrir et affirmer ses capacités relationnelles**.

### MODALITÉS

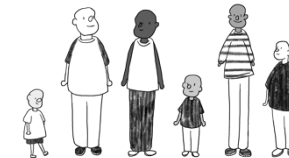
9h00-16h30 (prévoir le panier repas)  
130 euros le stage de 2 jours  
100 euros pour les moins de 26 ans et demandeurs.ses d'emploi  
Paiement des arrhes à l'inscription (30% du montant du stage)  
Entre 6 et 14 participants.es

**INTERVENANTE** : Lucie DURAND

### DEUX SESSIONS

14 ET 28 JANVIER 2023

11 ET 25 MARS 2023



Renseignements & Inscription : [contact@projetsdevie.com](mailto:contact@projetsdevie.com) ou 02 41 48 92 19