



ATELIER DE DEVELOPPEMENT PERSONNEL

DE L'ESTIME DE SOI À L'ESTIME DU SOI



Animé par Chantal Bouisset, selon l'approche de Jean **MONBOURQUETTE**

Du **lundi 6** au **vendredi 10 Juillet 2026**

De 9h15 à 16h45

Parmi les objectifs :

- Grandir dans l'amour de soi et dans la confiance en soi
- Gérer ses émotions pour mieux diriger sa vie
- Gérer ses dialogues intérieurs
- Concevoir un objectif propice à l'estime de soi
- Savoir prendre une bonne décision
- S'affirmer avec intégrité ou l'art de la relation
- Rechercher son identité profonde
- Apprivoiser son ombre

Cet atelier s'adresse à toute personne désirant découvrir ses richesses intérieures et profondes, afin de donner un nouvel élan à sa vie. Alliant théorie, réflexion personnelle, et échanges, il se déroulera en groupe de 6 à 10 personnes, dans le respect de chacun.

Tarif : 575 € (versement de 250€ puis 325€ le 6 juillet).

Lieu : 58 Boulevard Pereire- Paris 17e.

Renseignements et inscriptions :

bouissetchantal@hotmail.com

tel : 06 01 00 48 87