

ET SI ON
SE DISAIT

JE ?

OSER DIRE NON,
SE FAIRE CONFANCE,
PLACER SES LIMITES,
S'AFFIRMER DANS LA VIE
DE TOUS LES JOURS, C'EST
POSSIBLE...

UN ATELIER POUR VOUS ?

Cet atelier propose d'aider les personnes désireuses de développer leurs capacités à exprimer un ressenti, une demande, un refus, un avis, une opinion mais aussi à mettre ses limites, à répondre à une critique, une moquerie... via l'échange, la réflexion commune et la découverte d'outils efficaces ! Et pourquoi pas ?

Le groupe est animé par deux intervenantes psychosociales du Centre de Planning Familial. Il est ouvert à tout adulte et se limite à 12 personnes par groupe.

L'atelier se déroule en 4 séances complémentaires qui ont lieu des demi-journées au Centre de Planning Familial de Liège.

MODALITÉS

Lieu : Centre de Planning Familial FPS
Rue des Carmes, 17- 4000 Liège

Prix : 8 € pour le cycle complet

Dates :

Infos et réservations : 04/223.13.73