

Atelier : Confiance et estime de soi au coeur de mon avenir professionnel

Mardi 28 janvier 2020 de 9h30 à 12h



Les objectifs de cet atelier :

1. Retrouver confiance en soi en vue de renouer avec le monde du travail
2. Apprendre l'estime de soi pour se sentir plus aligné(e)
3. Surmonter la pression grâce à un temps de relaxation

Les publics concernés :

- Vous êtes en recherche d'emploi ? En mobilité professionnelle ?
- En reconversion ? Cet atelier vous est réservé !

Adresse

Bibliothèque Aimé-Césaire
8 Haut, rue du Marché
95160 Montmorency

Infos pratiques

Atelier animé par **Valérie Guenancia**, coach certifiée, formatrice, spécialiste des publics en repositionnement.

Aucune entrée après 9h30

Contact

Atelier gratuit sur inscription au 01 39 64 05 34

Liens utiles

[Tout savoir sur la Bibliothèque Aimé-Césaire !](#)

<https://www.ville-montmorency.fr/agenda>