

Atelier « OSER ME FAIRE CONFIANCE »

Gagner en estime de soi pour oser plus

Vous avez l'impression que vous n'êtes pas à la hauteur et la peur de l'échec vous paralyse. Face à une difficulté, vous avez tendance à reculer, tout en ayant honte de renoncer.

Vous souhaitez apprendre à dire « non », ou « stop », ou « je ne sais pas », sans vous sentir coupable.

Vous voulez apprendre à oser :

- Oser prendre des risques en vous appuyant sur vos talents
- Oser dire ce que vous avez à dire, demander ce que vous avez à demander
- Oser vous dévoiler et être enfin vous-même.

Programme

Pour répondre à vos besoins, Coaching Ressources organise à Amiens un atelier pour vous aider à **développer votre estime de vous-même**, pour gagner en confiance, en sérénité et en impact dans vos relations avec les autres.

Destiné à toute personne désireuse de développer son estime de soi, l'atelier vous donnera l'opportunité de :

- Repérer votre **niveau actuel d'estime** de vous-même et ses impacts sur votre vie,
- Prendre conscience des **différents leviers** permettant d'**accroître l'estime de soi**,
- Mobiliser votre énergie et passer à l'action pour gagner en confiance.

Modalités :

Date : samedi 23 avril 2016 de 9h30 à 11h30

Lieu : Amiens (adresse exacte communiquée après inscription)

Montant : 45 €

Coach : [Marie-Claire DEMONCHY](#)

Saisissez cette opportunité de développer votre confiance en vous pour oser plus.

Le nombre de participants étant limité à 8, inscrivez-vous dès maintenant pour réserver votre place, en nous retournant le bulletin d'inscription complété, accompagné de votre règlement.

Un mail de confirmation d'inscription vous sera envoyé dès réception des documents.

BULLETIN D'INSCRIPTION

Participant

Nom : Prénom :

Adresse :

Code Postal : Ville :

Tél. Portable : Tél. Personnel :

E-mail :

Profession :

Règlement

Ci-joint un chèque de 45 € libellé à l'ordre de **SARL C2ER – Marie-Claire DEMONCHY**

La signature de ce bulletin vaut acceptation sans réserve des conditions de participation ci jointe.

Un mail de confirmation d'inscription vous sera envoyé dès réception des documents.

Date

Signature

Précédée de la mention « lu et approuvé »

CONDITIONS DE PARTICIPATION

- 1) Les coachs, le thème et la durée de l'atelier sont ceux indiqués dans le programme.
- 2) Les participants à nos ateliers sont enregistrés au fur et à mesure de la réception de leur bulletin d'inscription accompagné du règlement correspondant.
- 3) Pour les inscriptions individuelles, en cas d'annulation par écrit dans les 10 jours qui suivent l'inscription, les sommes versées sont remboursées.
- 4) En cas d'annulation par écrit moins de 5 jours avant le début de l'atelier, le coût total de l'atelier est dû, sauf si le participant trouve un remplaçant.
- 5) Tout atelier commencé est dû en totalité.
- 6) En cas de dépassement de l'effectif maximum, une liste d'attente est établie. Avec l'accord de l'intéressé, son inscription est reportée sur un atelier ultérieur.
- 7) Pour des raisons pédagogiques, si le nombre de participants à un atelier est insuffisant, Coaching Ressources se réserve le droit d'ajourner l'atelier. Dans ce cas, les sommes versées seront remboursées immédiatement.
- 8) La signature de ce bulletin d'inscription vaut acceptation pleine et entière de nos conditions de participation.

Merci de retourner ce bulletin complété et accompagné de votre règlement
à :

Marie-Claire DEMONCHY

20 rue des peupliers

80115 PONT NOYELLES