

Educ&Go

L'Association **Educ&Go** vous attend les :

M A I R I E



Les mardis soirs de 20h30 à 22h

pour participer au cycle de formation :

Se construire au féminin **Conjuguer féminité et maternité**

Animé par Annick BOUTIN

Médecin et logothérapeute





Et Emmanuelle LE LOUP

Mère de famille et manager en audit financier



Public concerné :

Toute femme cherchant un accompagnement dans son rôle de femme et de mère





Méthodologie :

-  Etude des problématiques spécifiques de la femme
-  Apport théorique permettant le développement d'une réflexion personnelle
-  Découverte de ses propres ressources et capacités
-  Ouverture à d'autres possibles en vue de changements

Modalités :

-  Lieu : Centre Municipal d'Accueil - 23, rue Falque - 13006 (métro Castellane)
-  7 ateliers d'1h30
 - ❖ Mardi 6 novembre 2018 : Des clés pour se comprendre en tant que femme
 - ❖ Mardi 27 novembre 2018 : Connaissance et estime de soi
 - ❖ Mardi 18 décembre 2018 : Les capacités spécifiques d'aimer
 - ❖ Mardi 8 janvier 2019 : Gérer le stress et la culpabilité
 - ❖ Mardi 29 janvier 2019 : Bien-être au féminin : savoir prendre soin de soi
 - ❖ Mardi 26 février 2019 : Indépendance et liberté
 - ❖ Mardi 19 mars 2019 : Réconcilier travail et famille

S'inscrire :

-  Envoyer un mail à associationeducandgo@gmail.com
-  Adhésion à l'Association : 15 euros pour l'année scolaire
-  Participation aux frais : 84 euros pour la totalité du cycle de formation
-  Date limite d'inscription (⚠ les places sont limitées) : **31 octobre 2018**