

**Descriptif de mesure  
Cours**

***air de changement : des soucis au succès !***

<b>Profil minimum requis</b>	Destiné à des personnes acceptant de s'impliquer dans un processus de développement personnel basé sur la confiance et la confidentialité. - Français : pouvoir exprimer ses sentiments. - Avoir suivi un TRE de base ou dossier de candidature validé par l'ORP.
<b>Objectif</b>	- Exprimer son blocage et les craintes qui en découlent. - Envisager la situation sous d'autres angles. - Rechercher ses valeurs propres, opérer des choix de vie. - Augmenter la confiance en soi. - Ecrire et réaliser un objectif après le cours.
<b>Contenu</b>	- Cerner les faits amenant au mal-être de sa vie actuelle. - Nommer les sentiments qui s'y rattachent. - (Re)connaître les phases de crises et leur normalité. - Se réconcilier avec le rôle actif important à jouer. - Vérifier la congruence de son objectif.
<b>Méthode</b>	- Travail individuel et en groupe demandant la confiance et le respect de chacun.  - Comportementalisme - créativité - communication non violente.
<b>Certificat</b>	
<b>Indications complémentaires</b>	Entretien téléphonique obligatoire
<b>Organisateur</b>	air   Marie Rampazzo Pressoirs 40 – 1844 VILLENEUVE  <b>LIEU DU COURS : LAUSANNE OU VEVEY !</b>
<b>Interlocuteur</b>	Marie Rampazzo Téléphones: +41 21 922 15 85 – 078 632 31 58 E-mail: air@element-air.ch
<b>Indications complémentaires au lieu d'exécution</b>	www.element-air.ch