APPRENDRE A LACHER PRISE (VESOUL)

Référence : ZEN DT70/OCT

Thématique : Formation-Développement personnel

Objectif

État des lieux : réflexions créatives sur soi afin de faire émerger des solutions pour "lâcher prise" au quotidien.

Public

Chef d'entreprise, conjoint, salarié.

Programme

- Diriger son énergie vers ce qui est important.
- Se libérer des pollutions mentales.
- Apprendre à mieux communiquer avec les autres.
- Relativiser pour retrouver son équilibre.
- Valoriser son capital émotionnel en situation difficile.
- Aller à l'essentiel et cultiver une vision positive de soi.

Prérequis et niveau de connaissance préalable

Aucun.

Lieux et dates

Vesoul : Lundis 19 et 26 octobre 2020.
Ce stage est délivré dans d'autres départements de la région, consulter sur notre site les autres dates.

Moyens pédagogiques et techniques d'encadrements

- Formateur spécialisé dans le domaine d'intervention et sélectionné par la CMA.
- Méthode interactive basée sur le vécu de chacun des participants.
- Séance de formation en salle.
- Effectif de 8 à 12 stagiaires

Suivi et évaluation de l'action de formation

Évaluation formative tout au long du stage - Feuille d'émargement - Attestation de stage.

Coût de la formation

Coût total pour 2 jours de formation : 495 euros comprenant les frais pédagogiques de 420 euros et les frais d'inscriptions de 75 euros (voir les conditions générales de vente).
Les chefs d'entreprise artisanale, les conjoints collaborateurs versent uniquement le droit d'insciption (75 euros).
Ces coûts peuvent être pris en charge par les financeurs de la formation. Des offres promotionnelles peuvent vous êtes proposées par nos services, sous certaines conditions.
Pour les autres publics, la CMA établit une demande de prise en charge auprès de l'OPCO de

l'entreprise.

Votre conseiller Chambre de métiers vous aide dans vos démarches et vous accompagne dans le montage du dossier de prise en charge de la formation.
Renseignez-vous en cliquant sur « Être rappelé » en bas de la fiche.

Réservez dès maintenant votre place

Attention, les places à nos formations sont limitées. Si cette formation vous intéresse, contactez-nous au 03 84 75 63 34.

►Notre organisme a reçu la certification Cequaform pour la qualité de ses formations.

Chambre de Métiers et de l'Artisanat Région Bourgogne Franche Comté
N° SIRET : 130 026 073 00010
N° déclaration d'activité formation : 27 39 01242 39
(cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat)

Délivré par:

- 70 - Vesoul : 2 Rue du Dr Jean-Georges Girard - 70000 VESOUL

Prochaine session en cours de programmation. Vous pouvez dès à présent nous faire part de votre intérêt en cliquant sur "Être rappelé pour en savoir plus" depuis la page descriptive de l'offre sur votre plateforme.

Horaires :

9h à 12h et de 13h à 17h

Tarifs:

- Tout public - contact