



# Oser s'affirmer



myformation.ch

Formation  
Conseils  
Coaching

- ✓ **Identifier les raisons sous-jacentes au manque d'affirmation de soi**
- ✓ **Découvrir comment augmenter la confiance en soi**

**1 journée  
pour apprendre à s'affirmer,  
prendre sa place et exprimer ses  
points de vue**

**Fr. 1'000.- / min 6 - max 14 participants**

**Cours donnés par des  
Formateurs/trices reconnus FSEA**

**Renseignement et inscription :  
myformation.ch  
info.myformation@gmail.com  
079 453 66 87**

