

# Bilan Vie Personnelle et Professionnelle



## Format

Stage d'une journée

## Date

Lundi 29 mai 2017  
9h00-17h30

## Lieu

Hôtel restaurant Les Flots - Châtelailon

## Animatrice

Danielle HUET

## Frais

40 € (repas inclus)

## Date limite réponse

Lundi 22 mai 2017

## Objectif

Prendre acte de ses forces et déséquilibres

Comprendre ce qui se joue lorsqu'un domaine est sur investi au détriment d'un autre, ce qui engendre une fragilité de l'équilibre global de la personne sur le plan physique et/ou psychologique, souvent à l'origine de nombreux stress.

Nommer le premier pas à mettre en place pour atteindre l'objectif et ainsi opérer le changement souhaité.

## Programme

Dresser l'inventaire de mes satisfactions et insatisfactions, grâce à la roue de la Vie

VIE PROFESSIONNELLE : développement de ses compétences, réseau de contact, relations avec ses collègues, avec ses employés, la recherche d'emploi

VIE PERSONNELLE : santé physique, famille, vie amoureuse , amis, croissance personnelle, vie intellectuelle, contribution au monde.