

# Bilan Vie Personnelle et Professionnelle

**Format**

Stage d'une journée

**Date**

Lundi 29 mai 2017

9h00-17h30

**Lieu**

Hôtel restaurant Les Flots - Châtelailлон

**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.