

ATELIER hebdomadaire

Groupe limité à 15 adultes

Les lundis de 14 H à 16 H :

Du 17 novembre 2008

Au lundi 26 janvier 2009

(hors vacances scolaires)

Salle PUYADE

VIROFLAY

(Gare Chaville-Vélizy)

Séance de présentation de
l'atelier par la formatrice
et inscription définitive :

lundi 20 octobre 2008

À 18h30

Salle PUYADE

Participation annuelle
aux dix séances : 30 €

Adhésion annuelle
à l'association : 20 €

*Pour tirer bénéfice de cet atelier, une
présence régulière est vivement
recommandée.*

ATELIER D'EXPRESSION ORALE ET DE COMMUNICATION

Atelier d'aide à l'expression orale
et à la communication, pour groupe d'adultes
animé par une formatrice en communication.

OBJECTIFS

- ⇒ améliorer sa confiance en soi,
- ⇒ Identifier ses émotions,
- ⇒ apprendre à connaître ses difficultés de communication,
- ⇒ vaincre ses peurs et sa timidité dans la prise de parole,
- ⇒ apprendre à gérer son stress (trac) et ses émotions,
- ⇒ développer son aisance verbale,
- ⇒ avoir de la présence, savoir s'affirmer, prendre sa place,
- ⇒ acquérir de l'assurance pour partager idées, désirs, émotions, sentiments.

S'ADRESSE À

toutes personnes ayant des difficultés à s'exprimer dans les relations interpersonnelles et de groupe (vie familiale, privée, professionnelle)

L'Association pour la Réflexion et
l'Action PsychoSociale
Communautaire

créée en 1982 ,

** se compose :*

De bénévoles qualifiés et
professionnels de santé

** a pour objectifs :*

La prévention et le mieux-être
psychologique, corporel et social
de la personne.

La lutte contre l'isolement
et l'exclusion.

* * * * *

* * * * *

Elle réalise ses actions sur les
communes de Vélizy et Viroflay,
avec lesquelles elle travaille
en partenariat.

* * * * *

Elle édite un journal annuel
consultable également
sur le site de l'ARAPS.

Siège social :

ARAPS
1 avenue du Capitaine Tarron
78140 Vélizy

Antenne de Viroflay :

100 avenue du Général Leclerc
78220 Viroflay

Renseignements et inscriptions :

01.30.24.75.15

06.76.54.57.81

araps@aliceadsl.fr

<http://araps.free.fr>

* * * * *

* * * * *

ATELIER

D'EXPRESSION ORALE

ET

DE COMMUNICATION

