



L'horizon des possibles

JE SUIS VALABLE ET CAPABLE

*Prendre conscience de ses qualités,
reconnaître son potentiel
et développer la confiance en soi.*



Public
Travailleurs en ESAT



Prérequis
Aucun



Lieu
En présentiel dans votre structure



Durée
1 jour - 6 heures



Modalités de formation
Groupe de 8 personnes maximum



Intervenante
Géraldine Escougnou
Formatrice spécialiste handicap



Tarif (hors frais de déplacement)
1050 € / jour



Dates et inscription
Sur demande auprès de HOZONS

OBJECTIFS

- Développer l'estime de soi.
- Reconnaître leurs qualités et leurs compétences.
- Identifier leur potentiel.
- Oser demander de l'aide lorsque c'est nécessaire.

PROGRAMME

1. L'estime de soi

- Comprendre l'estime de soi
- Identifier ses valeurs
- Découvrir ce qui me donne de la valeur

2. Mes qualités

- Reconnaître ses qualités
- Valoriser ses compétences
- Identifier ses réussites

3. Mon potentiel

- Prendre conscience de ses capacités
- Identifier ses ressources
- Repérer les moyens de dépasser ses difficultés



MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Méthodes actives et participatives
- Apports théoriques et exercices d'application
- Création individuelle de leur arbre de vie

Moyens techniques mis à disposition

- Salle conforme aux exigences qualité.
- Mur blanc ou écran de projection.



MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Évaluation continue tout au long de la formation
- Observation des mises en situation, des exercices et de la participation
- Arbre de vie complété
- Enquête de satisfaction
- Attestation de fin de formation



SATISFACTION

(de nov 2021 à déc. 2025)

97.5 %
de satisfaction

18/20
Évaluation
formation

19.4/ 20
Évaluation
animation



*Croire en soi
ouvre le champ des possibles*



06.83.72.55.28



ge.escougnou@hozons.fr